

チーム紅蓮 活動報告

UD墨絵体験教室



18.12.09 年内最後のUD墨絵体験教室を行いました。今回は今年の干支「イノシシ」をみんなで描いて、額に入れておびったのエレベーター横に数日展示させていただきました。味のある素敵な作品ばかりでした。他にも消しゴムはんこ制作や缶バッジ制作をしてみんなで談笑しながら楽しむ事ができました。

今回もたくさんのご参加ありがとうございました☆2019年も開催したいと思ってるので、今後ともよろしくお願いします(*◡)♪



冬休み体験教室



18.12.22 鷹栖町で「冬休み体験教室」に参加してきました。体験教室では、ボッチャを体験して頂きました。小学生対象の冬休み体験教室ですが、今回は保護者の方やデイサービスの高齢の方も参加してくださいました。最初に練習をして試合をしました。結果はデイサービスチームが優勝しました。

試合になるととても盛り上がり楽しい時間を過ごすことができました。



あさひかわ雪あかり 会場制作

チーム紅蓮 情報

第28回 あさひかわ雪あかり 会場制作イベント開催



会場づくり協力仲間 募集
 日時 2019年2月2日(土)・2月3日(日) 13:00~17:00
 場所 旭川市民活動交流センター CoCoDe
 募集内容 会場づくりの準備作業(雪あかりの製作、会場設営など)を行います。作業は簡単なものが多いです。作業終了後は簡単なお茶会を行います。作業終了後は簡単なお茶会を行います。作業終了後は簡単なお茶会を行います。

【あさひかわ雪あかり会場制作イベント】
 ●日時 2019年2月2日(土)・3日(日) 13:00~17:00頃
 ●場所 旭川市民活動交流センター CoCoDe
 ●内容 風船キャンドル・街並みづくり・オブジェづくりなど行います。
 ●服装 ウェア等暖かい服装をお勧めしますが、作業で汗かくので対応できる服装をお願いします。

雪のオブジェを作る際、水で雪を固める作業もありますのでゴム手袋など濡れても大丈夫な、暖かい手袋持参をお願いします。



UDレシピ ななかまど



UD(ユニバーサルデザインの略):誰もが簡単に楽しめる

レンジと炊飯器で作る超かんたん料理
UD レシピ VOL.16 監修 下田昇兵

母との思い出は「料理」。将来の夢は、料理でみんなを笑顔にする料理人。しかし、16歳の時に母と同じ脊髄小脳変性症という難病を発症。料理人の夢を諦めきれず、仲間とレンジで誰もが簡単に作れる料理を考案し、2016年8月に念願の「UDレシピ本」を発行。

チャーハン

※材料(2人分)※
 ベーコン.....4枚
 ピーマン.....2個
 長ネギ.....1/2本
 卵.....1個
 塩.....少々
 コショウ.....少々
 ご飯(温かいもの).....400g
 [A] 醤油.....大さじ1
 鶏ガラスープの素.....大さじ1
 (顆粒)
 ゴマ油.....小さじ2

※作り方※
 ①ベーコンとピーマンは1cm位の角切りにする。長ネギは小口切りにする
 ②耐熱容器に卵をいれ、塩を加えてよくかき混ぜる。ラップをしなくて電子レンジ(600w)で50秒加熱する。加熱後、菜箸でよくかき混ぜて炒り卵にする
 ③①の材料と【A】を別の耐熱容器に入れてよく混ぜてラップをし、電子レンジ(600w)で3分加熱する。
 ④③のポウルにご飯と炒り卵を加えてよく混ぜ合わせる。最後にコショウを加えて味を調える。
 ※②の炒り卵は耐熱容器の大きさにより加熱時間が異なります。今回は直径2.2cmのものを使用

第6回 UD料理会開催 参加・協力募集

下田昇兵さんが考案したレシピを試作し、レシピとして完成させる料理会を開催いたします。ぜひお手伝いください

2019年1月30日(水) 13:30~
 旭川市障害者福祉センターおびつ 調理室
 ●定員 10名 ●参加費 500円
 申込先・・・カムイ大雪
 バリアフリーツアーセンター
 TEL 0166-38-8200

★お問い合わせは…電話またはE-mailで / info@dpcmaika-hokkaido.com