

チーム紅蓮 活動報告

【報告】 第29回あさひかわ雪あかり



あさひかわ雪あかり無事に終了しました。撮影や観光で訪れるお客さんも年々増えており、大変うれしいです！2月1日・2日で行われた会場制作会場にお越しくださった皆さん、作業のような繰り返しの作業、同じものを量産。ご協力くださりました皆さん、本当にありがとうございました！会場はこうしてキレイな、灯りで来場くださった方に見ていただくことができました(n*´ω`*n)



【報告】 第4回旭川レク・ボッチャ選手権大会



第4回旭川レク・ボッチャ選手権大会は、全45チームが参加してくださいました。旭川市民体育館の日に合わせて開催をはじめ、4回目となりました！障がいの有無、年齢に関係なく楽しめるレクリエーション大会ですが、勝つために日々練習する方もたくさんいます！ボッチャは全国的にも人気の競技となりレク大会も珍しいものではありません。私たち当事者の想いは障がい者だけではなく、地域内外の方達と新たな出会いや交流、連携。輪を広げたまちづくりに繋げていきたいと思ひます^^



第9回 UD墨絵教室 ~車いすの方も手が不自由な方も誰でも参加できるイベント~

第9回 墨絵体験教室 ~車いすの方も手が不自由な方も誰でも参加できるイベント~

みなさんと楽しく交流しながら、自分の好きな言葉や絵など書いてみませんか？自分で作った墨絵を缶バッジにも製作できます！車いすの方も手が不自由な方も大歓迎で気軽に参加できる空間となっております。皆さんのご参加お待ちしております。道具はこちらで用意いたします。

日 2020年 4月26日(日) 場 旭川市障害者福祉センター おびった会議室1
時 13:00~15:00 所 (北海道旭川市宮前1条3丁目3-7)

参加料 大人 300円 子供 200円
お子さんに缶バッジ制作体験付き
墨絵は好きな言葉や絵など書いてみませんか？自分で作った墨絵を缶バッジにも製作できます！車いすの方も手が不自由な方も大歓迎で気軽に参加できる空間となっております。皆さんのご参加お待ちしております。道具はこちらで用意いたします。

日時:2020年4月26日13:00~15:00
場所:旭川市障害者福祉センター おびった会議室1
(北海道旭川市宮前1条3丁目3-7)

参加料:大人 300円 子供 200円(缶バッジ制作体験付き)
思い思いの絵を書いたり、バッジ消しゴムはんこの制作したり
みんなで楽しく癒しの時間になればと思っています(*´I`*)!!



UDレシピななかまど



※レシピの加熱時間はあくまでも目安です。ご利用の電子レンジ・炊飯器のメーカーや機種により加熱時間が違う事もありますので、調整してください。

Vol.13 UDレシピ料理会
2020年3月25日(水)
旭川市障害者福祉センター おびった
13:30~
下田昇兵さんが考案したレシピを試作り、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

申込先・・・カムイ大雪
バリアフリーツアースセンター
TEL 0166-38-8200

レンジと炊飯器で作る超かんたん料理

UDレシピ VOL.30

監修 下田昇兵

16歳の時に母と同じ脊髄小脳変性症という難病を発症。仲間とレンジで誰もが簡単に作れる料理を考案し、「UDレシピ本」を発行。たくさんの方に支えてもらい現在もレシピ考案中です

野菜たっぷり！焼きうどん

※材料※(1人分)

冷凍うどん・・・1玉	キャベツ・・・50g
豚バラ肉・・・40g	めんつゆ・・・大さじ2
たまねぎ・・・1/4個	ゴマ油・・・小さじ1
シメジ・・・1/4パック	かつお節・・・適量
にんじん・・・1/4本	青のり・・・適量

※作り方※

- ①豚バラ肉と野菜はそれぞれ食べやすい大きさに切っておく
- ②耐熱皿に、うどん、豚バラ肉、野菜(たまねぎ・シメジ・にんじん・キャベツ)の順に乗せ最後にめんつゆをかけてふんわりとラップをして電子レンジ(600w)で7分加熱する
- ③ラップを外しゴマ油をかけてよく混ぜる
- ④器に盛り付けてかつお節と青のりを散らす

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