



6/21 (日) 開催分

お菓子作り



(マーマレードマフィン)



(作業風景)

今回はお菓子作りで「マーマレードマフィン」を作りました。ホットケーキミックスを使用しオーブンで焼き上げました。仕上げには、マーマレードジャムや粉砂糖添えて完成です。ほどよい甘さで美味しく頂きました。

リハビリ体操とゲーム、脳トレ



(皆様元気一杯)



(脳トレ)



(輪投げゲーム)



(喫茶タイム)

リハビリ体操では「呼吸と有酸素運動」と「脳トレ数身体操」を行いました。初めに呼吸を意識した体操を行った後、次の体操では脳トレを兼ね備えた体操を実施いたしました。

ゲームでは皆様と一緒に「輪投げゲーム」を行いました。また、脳トレでは間違い探しや健康クイズ等を行いました。皆様、真剣に考えておられましたよ。

相 談 窓 口

介護相談や認知症についての相談がありましたら、お気軽にご相談下さい。

相談窓口：大川荘 山田庸介

連絡先：0944-89-2500

ふれあいカフェからのお知らせ

- ・感染対策の為、マスク着用をお願い致します。
- ・感染予防を行っておりますので、参加の際は事前に予約をお願い致します。

編集後記

いつもカフェにご参加頂き、ありがとうございます。

今年の梅雨は大雨が続き大変でした。梅雨が終わると、今後気温の上昇には十分注意が必要な時期になってきました。適度な気温調整が必要ですので、エアコンを有効に使っていきましょう。外を見ると、田植えも終わりました。今年も美味しいお米が実ってくれるのを願っております。(山田)



14:00…開始、挨拶

14:05…お菓子作り

「あずき寒天」

14:20…体操、脳トレ

14:50…ゲーム

「バウンドボウリング」

15:30…喫茶



