

## いちおし! 10月のふれあいカルチャー教室

初めての料理 ～秋の味覚を使った軽食～

◆日時 10月20日(土) 13時30分～15時30分

◆対象 障害者手帳をお持ちの18歳以上の方

◆会費 500円程度(材料費)

◆9月5日(水)から受け付けます。



一緒に楽しく  
お料理しましょう。  
お申し込みお待ち  
しています。



## 子ども図書コーナー

子育て支援センターあかし西

プレイルームの前にある「子ども図書コーナー」を皆さんご存知ですか？

「子ども」と名前はついていますが大人の方も読書を楽しんで頂けるように歴史・料理また旅行にお役立ちのガイドブックなども揃えています。



昔学校で習った徒然草、枕草子などをわかりやすくマンガにしたシリーズを懐かしそうに読んでおられる方も・・・。

もちろん、今話題の絵本をはじめ子どもたちがわくわくドキドキする絵本や物語も用意しています。



ふれあいプラザあかし西にお越しの際は、どうぞお立ち寄りください♪

## 健康レストラン 平成30年8月9日(木)

～かしこく食べて骨量アップ!～

食べて健康になれるレストラン! レシピや骨量アップポイントまで伝授しちゃいます!



満員御礼!!  
一見さんから常連さんまで和気あいあい♪

### ☆メインの異なる3つのコース☆



どのコースになるかは当日のくじ引きで決定!  
どれも骨量アップのポイントがギュッと詰まったお料理ばかり♪  
是非一度ご賞味あれ(^O^)/



## 今月のふたみんぬりえ



お月見を楽しむふたみんとたみお君♪  
まんまるなお月さまより団子に夢中なふたみんなのでした～。



## ◆豪雨災害義援金を受け付けています◆

7月に台風第7号及び前線等に伴う大雨災害により被災された方々に対する義援金の受け付けをしています。

9月末まで受付に募金箱を置いてあります。

ご協力よろしくお願ひ致します。

