

2024年2月のよてい

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 閉所
4 閉所	5	6	7	8	9	10 閉所
11 けんこくきねん 建国記念の日 閉所	12 ふりかえ 12振替休日 閉所	13	14バレンタインデー 閉所	15	16	17 閉所
18 閉所	19 高次脳 さろんdeぼ～の 閉所	20	21	22	23 天皇誕生日 閉所	24 閉所
25 料理教室	26	27	28	29		

あけぼの料理教室参加者募集

春のおやつを作ろう！～おはぎ風きなこパン～

*できあがった料理は、その場では食べずにお持ち帰りになります



メールフォームQR

日時 2024年2月25日(日)13:30～15:30

場所 府中市民活動センタープラッツ6階料理室

講師 栗山 広美さん

応募条件 障害のある方6名

参加費 おひとり様 1,000円(お付添の方も参加費が必要です)

持物・備考 エプロン・三角巾
*マスクを着用してご参加ください。体調の優れない場合や熱のある方は参加をお控えください

お申込み〆切 2024年2月5日(月)16:00〆切*結果は締め切り後、連絡いたします

電話・FAX・メールいずれかの方法
で以下の内容を添えてお申し込みく
ださい。
①申込イベントタイトル ②お名前
③付き添い ④障害名 ⑤電話番号

さろんdeぼ～の

高次脳機能障害をお持ちの方々にお集まりいただき、生活の中で困っていること、工夫していること、障害のことについて話したり、簡単なゲームなどを通してリハビリを行います。

日時：2月19日(月) 13:30～15:00頃

参加ご希望の方はお電話にてご連絡ください
042-358-1085

ちいき せいかつ しえん
地域生活支援センターあけぼのげっかん
月刊つうしん

SSKS

ぼ～のぼ～の！

2024

☆ 2月号 No.247 ☆

「あけぼの料理教室」特集



がつごう ていき
2月号は定期イベントの「あけぼの料理教室」のご紹介です！

社会福祉法人あけぼの福祉会
地域生活支援センターあけぼの

〒183-0056 東京都府中市寿町3-9-11 山上ビル1階
電話：042-358-1085 / FAX：042-336-9085
メール：siencenter@akebono.fuchu.tokyo.jp



開所時間

(月) (水) (金)
10:00～19:00
(火) (木)
10:00～17:00
第2・4・5(日)
10:00～17:00



センターメールQR

あけぼの料理教室のご紹介



あけぼの料理教室は2か月に1回偶数月の原則第4日曜日(2024.2月～変更)にプラッツの料理室で開催しています。
調理設備や調理器具もたくさんそろっているの、いろいろな種類の料理が作れます。



講師は栗山広美先生です。栗山先生はあけぼの料理教室以外にもいろいろな場で活躍されています。ご家族でアシスタントや写真撮影を分担しながら教室を運営してください。



調理工程の一区切りごとに講師に実演してもらいながら教わり、自分たちで調理をします。次の工程はまた実演を見てから進めます。一度に覚えることは少なく、とてもわかりやすいと参加者に好評です！



作業台ごとに2人で料理をします。各作業台には2人分の材料や道具をそろえています。
お一人での参加が難しい人にはヘルパーや家族の付き添いが必要です。料理自体は同じ作業台の人と一緒にしていきますので安心してご参加いただけます。



私たちが作りました



タケノコと鶏つくねの照り焼き調理中！

2種類のおにぎりと一緒に持ち帰り容器に...



ケーキ・サシ

お豆のサラダ

トマトソースのミートボール



チョコたっぷりブラウニー

料理教室の開催日は、本紙「ぼ～のぼ～の！」4月号の地域生活支援センターあけぼの年間予定表でご確認いただけます。メニューなど詳細は開催月発行のぼ～のぼ～の！裏表紙に募集要項を掲載いたします。

はじめての方も久しぶりの方も、ぜひご参加ください。不安なことや疑問などありましたらいつでもご相談ください。

