久井南コミセンだより

平成28年
7月1日発行

第110号

〒722-1416　三原市久井町山中野1337番地
☎・FAX　0847-32-6316

体験講座のご案内

笑いで心の健康を！

- ❤日時　7月15日（金）13：30～15：30
- ❤場所　久井南コミセン　研修室2
- ❤講師　生田　秀昭さん・重安　町子さん
- ❤受講料　100円
- ❤定員　30名

笑って健康に！
オカリナの音色で癒しのひと時を…

体験講座の報告

季節の花を楽しむ 寄せ植え教室

6月10日（金）寄せ植え教室を開催。
思い思いの鉢に，季節の花々を植えていきました。
自分だけの小さな庭の出来栄えに皆さん大感激♡♡♡

やさしく香る アロマで虫除け

6月21日（火）アロマで虫除け教室を開催。
やさしい香りに癒されながら，体に安心・安全な虫除けジェルを作りました。
この時期の必需品と皆さん大満足！

お茶の間サロン

やまなみ・広場が1周年！！

　中野福祉プラザでの月1回の食事会「やまなみ・広場」が開設されて6月で1周年を迎えました。

- ここに来てよかった。
- おいしかったよ。
- 来月も楽しみにしてるよ。

などの利用者さんの声を励みにスタッフの皆さんも頑張っておられます。

坂井原自治区環境整備作業

落合渓谷の清掃

　6月12日（日）坂井原自治区20名の方々により，落合渓谷の草刈・散乱ごみの収集などの清掃作業が実施されました。

　梅雨時の蒸し暑い天候の中，汗と闘いながらの作業でした。

　美しい自然の渓谷を守るため，頑張っておられる自治区の皆さんに感謝！
お疲れ様でした。

中野地区夏祭りのお知らせ

8月13日(土)　18:00～
場　　所　　久井南コミセン　グラウンド

皆さん
お楽しみに！

手作りおやつ教室
おすすめレシピ

7月のカレンダー

日	曜日	講座・教室
9	土	手作りおやつ教室
12	火	トールペイント教室
15	金	笑いで心の健康を！
21	木	心豊かに絵手紙教室

わらびもち

◆材　料◆

片栗粉 60ｇ　砂糖 60ｇ　水 270ｃｃ　きなこ

◆作り方◆

1. 鍋に片栗粉・砂糖・水を入れて，木しゃもじでよく混ぜて溶かす。
2. 1．の鍋を弱火にかけて，たえずしゃもじでかき混ぜる。
3. 透明感が出て，もったりとしてきたら，火からおろして更にかき混ぜる。
4. ボールに水を用意して，3．の餅をスプーンですくって水に落とす。
5. 全部すくい終わったらざるにあげて，きなこをかける。

申込み・問合せは　久井南コミセン　生涯学習相談員　　鍛治・辻までお願いします。