

りょうりきょうしつ
料理教室 (令和6年9月22日開催) かしはらしちゅうおうこうみんかん
檀原市中央公民館

りょうり
料理きょうしつにいきました。つくった料理は、
「ぎょうざ」と「冷やし中華」と「杏仁豆腐」をつくり
ました。はじめて「ぎょうざ」をつつんでつくったのが、
たのしかったです。つくった料理がおおかったけど、
すごくおいしかったです。 さくらし まつさか ひろし
桜井市 松坂 洋志



りょうり つく かた せつめい
料理の作り方 説明しています



だい かいぜんこくて
第9回全国手をつなぐ育成会連合会秋田大会本人大会



れいわ ねん がつ にち がつ にちかいさい げいじゅつけきじょう など
(令和6年10月12日～10月13日開催) あきた芸術劇場「ミルハス」等

ひこうきにのって秋田に行きました。
はじめはゆれたけど、たのしかったです。
居酒屋で一品料理やきりたんぽ鍋もたべました。
よかったです。
ごうかなホテルにとまりました。
ひるは、べんとうをたべました。
「話そう」では、しごとのことをはなしました。
よるは、ホテルでディナーをたべました。おいし
かったです。かえりは、ぜんいんでひこうきに
のってかえりました。たのしかったです。



やまごおりやまし つじい じゅん
大和郡山市 辻井 純



したみりょこう
下見旅行「しまかぜに乗って鳥羽へ行きました！」

れいわ ねん がつ にちかいさい
(令和7年3月23日開催)

まえまえ けいかく ひがえ りょこう
前々から計画していた日帰り旅行を
まつさか ちゅうしん しら けいかく
松坂さんが中心になっていろいろ調べて計画を
たてて下見に行ってきた。長年の夢がやっと
かないました。「しまかぜ」に乗ったことがなかったので、
みんなとてもよろこんでいました。「しまかぜ」乗り心地抜群！
さいこう とば えきちか みせ あまごや ひる た
最高！鳥羽駅近くのお店「海女小屋はまなみ」でお昼を食べました。
あと とば すいぞくかん い
その後、鳥羽水族館へ行きました。イルカショー、とてもよかったです。

こんど
今度は、サンメイトのみなさん
いっしょに
と一緒にいけるように計画を立てていきたいと思います。

