

# リング ～すまいring♪通信～ 第5号

PICK UP

## “外出プログラム”

「りんく」では、外出先を増やすことと体力作りのため『外出プログラム』を行っています。熊本市内に住んでいてもなかなか“行ったことのない近所”って多いですね。みなさんとそんな場所をいろいろ散策しています。8月はまだまだ暑かったので、『上江津湖』に行ってきました。ボートに水遊び、キャッチボールなどを楽しみましたよ(^^)



↑8月 上江津湖



水辺で  
パシャパシャ～



←7月

森都心  
フラザ



## ロシアルーレット「たこ焼き」!?



調理プログラムで「たこ焼き」にチャレンジしました。初めてのたこ焼きを作った方や、手慣れた方などそれぞれ楽しみながら作ることができました。具も『タコ、ウィンナー、ちくわ、納豆、キムチ…パイナップル』など美味しい楽しいロシアルーレット「たこ焼き」でした。

ちなみに、パイナップルをたこ焼きに入れると果肉が溶けてなくなることがわかりました！パイナップルを入れる時は、果肉大きめがいいですよ☆



## 割り箸紙ヒコウキ

型紙を厚紙に印刷して、割り箸に組み立てて、紙ヒコウキが完成。『カタパルト』という、割り箸に輪ゴムを付けたものを使うと、勢い良く飛んで気持ちよかったです。



他にもプログラムでは…

DVD鑑賞

「千と千尋の神かくし」  
「ベイマックス」

スポーツ  
製作  
学習

「ペタンク」「グランドゴルフ」  
「絵付け」

外出  
調理

語学「中国語」  
「エンカウンター」  
「街歩き&カフェ」  
「パフェ」



などを楽しみました(^^)

参加者の声

- ・とても面白い作品だった。最後まで参加出来た。(DVD)
- ・生クリーム・アイス系がどっかりきた。(パフェ)
- ・グランドゴルフが子どもの頃以来で懐かしかった(グランドゴルフ)

new

## スタッフ紹介

始めまして(^^) スタッフのHです。今年の8月より「りんく」のプログラムに参加しています。みんなと色々な体験を共有していけたらなーと思っています。最近、何年も弾いていなかったギターを再び弾き始めてみました。

