

アクティブいつき鵜沼西

4月号

☆3月の様子☆

3月19日(土)に登山へ行ってきました！
今回は利用者様とそのご家族様、また今回の登山にご賛同頂いた方々と、各務原アルプス「明王山」へ行ってきました。
春を感じる花も咲いており、心地いい運動になったかと思います。
次回は4月2日(土)に健康体操教室にご参加の地域の方々で行ってきます！



同じ3月19日(土)には料理教室もやりましたよ！
今回は「桜寒天のフルーツあんみつ」
桜を寒天にしちゃいました。
次回は「スプーンを使ったおやき」を作ります！
どうやって作るのか楽しみです！お時間のある方はぜひ参加してみてください。

◎お知らせ◎



4月4日(月)～4月8日(金)までの1週間、
「各務野自然遺産の森」へ花見＆ウォーキング会を行います。自然と触れ合いながら景色を楽しんだり、日頃のリハビリで鍛えた足腰で自然の中を歩いてみたり、皆さんひとりひとりの思い出を作って頂きたいと思います！



※各務野自然遺産の森



月曜～金曜 定員20名
9:30～16:40
各務原市鵜沼各務原町2-136
TEL 058-322-5560
www.ituki.com/unumanishi

