

桐の花たより

平成26年 11月号

吉里中グランド 支援員



おなけり自由!!

夕食にと、お鍋を
持って来る方も!!



みなさん♡
すごく喜んでいました!

♪炊き出しがありましたー!

この日のメニューは……

♡みんな大好き カレー に

♡あったかい うどん

そして♡濃厚な スモークチーズ

でした!



♪素晴らしい
オレゴリアに

癒されながら

おいしく頂きました---



遠くからわざわざいらして下さり、
本当にありがとうございました…。



天然酵母パン教室

正確にしっかりと計量して…

はい! 火をつけてー

はい! 消して下さいー

はい! ぐちゃぐちゃ返してー

…と、しばらくパンとにらめっこ
じっくりとパン作りに熱中



♡とても
おいしく
頂きました♡

やっぱり手作りって
いいですねー



月1回のヨーガ教室

毎月、盛岡からいらして
教えてくれます。

毎朝、ラジオ体操後、DVDを
見ながらやっているのが、
新しい動作も教えて頂ける
ので、みなさん楽しみに
しています!



みなさん真剣に
取り組んでいます

始まる前と、終わってからと
血圧も計り、体調チェック!!



♡心も身体も
スッキリ!!

今月の 琉翔くん



ストロベリー?
たけいー♡



♡なめごと
ハイ
ハイ

