

デイケア通信 2月-3月

ゆる文字(筆ペン)

写経は心を落ち着かせることができます。筆ペンを使うのは初めてなので新鮮です。

毎月月のテーマを決めてやっていて、3月は「春」をテーマにイラストや文字で表現しました。

書く人によって文字のデザインに個性が出ていて作品に多様性がありました。



みやびサロン

(ハートサシェ作り)

ハートサシェはフェルトで交互に織って作っていききました。

見た目は難しかったですが意外と簡単に作れて楽しい経験ができました。中に入れたポプリはローズの香りで落ち着く香りでした。



2021年3月31日発行
リンクスマンタルクリニックデイケア
〒224-0001
横浜市都筑区中川 1-10-2
中川センタービル 303
TEL 045-912-5851

お抹茶会

(桜餅作り)

お抹茶を立てるのは初めてで、作法を知らなかったけど、詳しい説明があり美味しく飲むことができました。そんなに苦なく飲みやすかったです。

桜餅は、家では中々作ることがないため包む作業も楽しめました。また、春らしい味と香りでもとても美味しかったです。



編集後記

火曜はDC通信を作る以外にも、フィジカルトレーニングをしています。最近山崎公園～草笛道を歩き、牛久保公園にウォーキングに行きました。桜も満開で、気温が高く気持ちよく散歩できました。

