

9月11日

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5

**シチュー**

実施場所 豊平MAX

事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

いつもお母さんが家で作ってくれるシチューと同じくらいおいしくできました。

いろいろな野菜が入っていて食べ応えのあるものになりました。

たまねぎを切るととても目が痛くなりました。

---

---

---

---

---

---

---

---

9月11日

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5

**シチュー**

実施場所 豊平MAX

作品例写真



作品の説明

少し時期外れかと思いましたが、ホワイトシチューに挑戦しました。

材料を切ってシチューの素を入れて煮込むだけなので、普段料理をしない男性陣も簡単に出来ました。

# 訓練指導実施状況

講座名 **手 芸 (北海道)** 支部 参加数 5  
**和紙作り** 実施場所 豊平MAX

事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

紙の厚さが均等になるようにすくい上げるのが難しかった。自分の好きな色に  
着色したのが良かった。

出来上がったはがきで誰かにお手紙を書こうと思います。

---

---

---

---

---

---

---

---

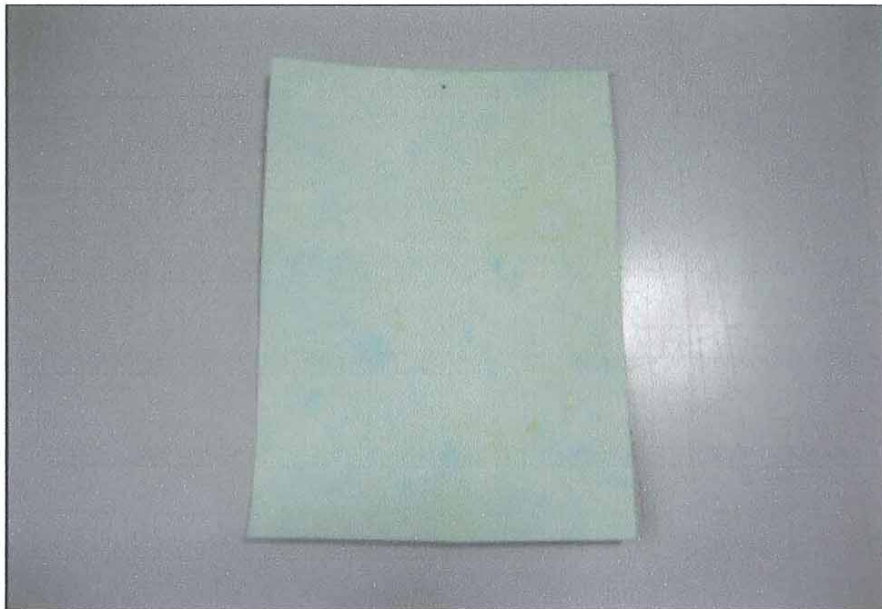
# 訓練指導実施状況

講座名 **手 芸 (北海道)** 支部 参加数 5

**和紙作り**

実施場所 豊平MAX

## 作品例写真



### 作品の説明

近年もったいない運動が盛んになっており、牛乳パックを再利用して和紙を作った。  
細かくちぎる作業はとても地道な作業であるが、細かくするほど細やかな和紙になる。着色することできれいな和紙が完成した。

今回は出来上がった和紙ではがきを作った。

# 訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5

天津飯

実施場所 地域活動センター あてんど

## 事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

とても上手に出来上がりました。フワフワ感を出すのが少し難しかったです。

あんかけの味付けが少し難しく、何度も味見をしました。

指を切らないようにゆっくり包丁を使いました。

---

---

---

---

---

---

---

---

# 訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5

天津飯

実施場所 地域活動センター あてんど

## 作品例写真



### 作品の説明

とき卵にきのこ、カニカマ、ねぎを入れて焼き、フワッとしたところで火を止めて  
ご飯の上に乗せて、あんかけをかけて完成です。

とっても上手に出来上がりました。

# 訓練指導実施状況

講座名 **調理** (北海道) 支部 参加数 5  
**カレーライス** 実施場所 障がい者支援施設 ホップ

## 事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

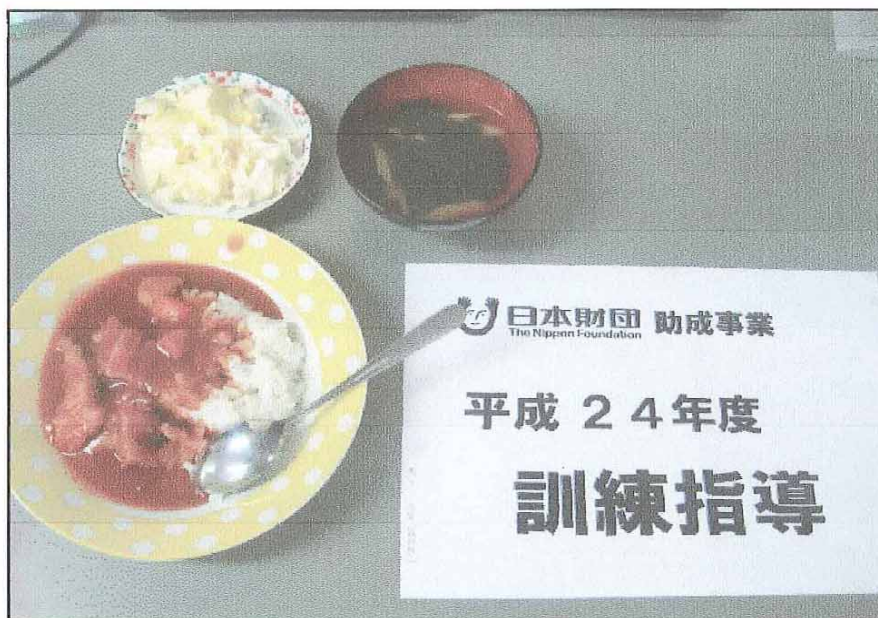
いつもお母さんが家で作ってくれるカレーライスは少し辛いけれど、今回作ったカレーライスは辛くなくてとてもおいしくできました。

指を切らないようにゆっくり包丁を使いました。

## 訓練指導実施状況

講座名 **調理** (北海道) 支部 参加数 5  
**カレーライス** 実施場所 障がい者支援施設 ホップ

### 作品例写真



### 作品の説明

カレーはチキンカレーに挑戦しました。

チキンはやらかったので、咀嚼の難しい方も食べることができました。

いつものカレーよりも少し辛かったです。



## 訓練指導実施状況

講座名 **手 芸** (北海道) 支部 参加数 5

**フェルトボール** 実施場所 地域活動センター あてんど

### 事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

型紙をのせて線を引くところが難しかったです。

最近はメールや電話ばかりだけど、今回封筒を作ったので誰かに手紙を書こうかな。

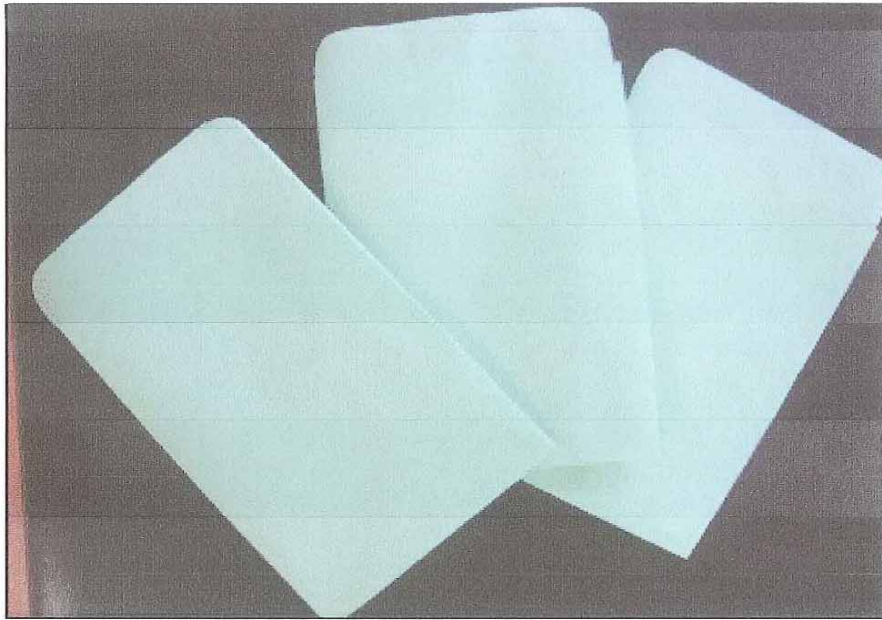
上手に出来上がりました。

## 訓練指導実施状況

講座名 **手 芸** (北海道) 支部 参加数 5

**フェルトボール** 実施場所 地域活動センター あてんど

### 作 品 例 写 真



#### 作品の説明

色紙を使って封筒を作成しました。手作り封筒は市販の大きさにとらわれることなく作ることができるので、思い思いの大きさになりました。

ワンポイント装飾をしました。

# 訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5  
炒め物  
サラダ 実施場所 豊平MAX

## 事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

カレー味の炒め物を初めて食べたけど、とてもおいしかった。カレーライスとも違って不思議な感じだった。

ジャガイモの皮を包丁でむくのは指を切りそうで少し怖かった。

---

---

---

---

---

---

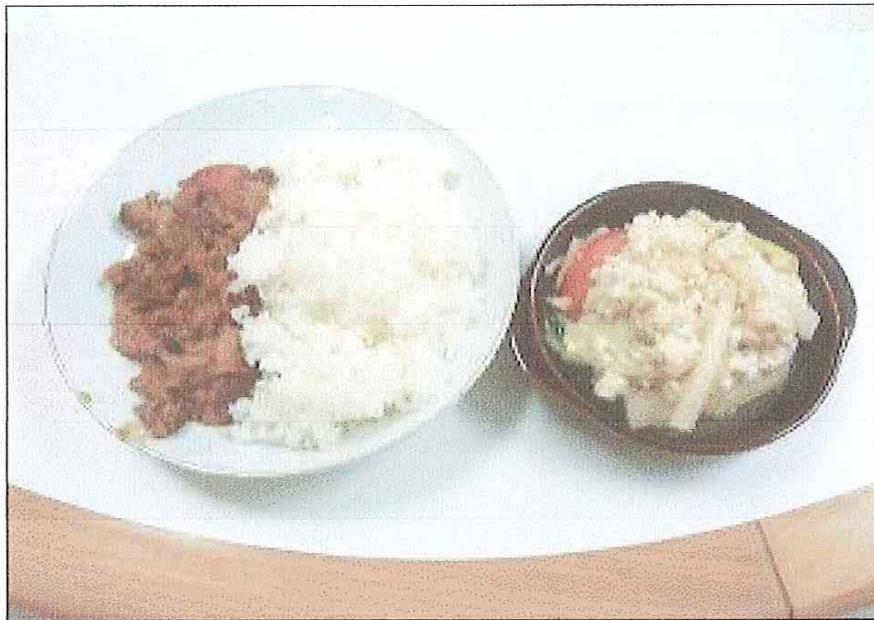
---

---

# 訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5  
炒め物  
サラダ 実施場所 豊平MAX

## 作品例写真



### 作品の説明

カレー味の炒め物を作りました。隠し味にトマトを一緒に炒めています。

塩コショウの炒め物とは違って、カレー感覚で食べられるためご飯がすすみます。

豆腐サラダもドレッシングで味付けをしました。

## 訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 6

**ナポリタンパン**

実施場所 地域活動センター あてんど

### 事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

スパゲッティがたくさん入っていて、ボロボロとこぼれてしまった。

味付けを少し濃いめにしたので、とてもおいしかった。

パンもできたてのパンを使ったからとてもおいしかった。

---

---

---

---

---

---

---

---

# 訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 6

**ナポリタンパン**

実施場所 地域活動センター あてんど

## 作品例写真



### 作品の説明

できたてのパンにナポリタンをサンドしました。

具財がたっぷり入っていて食べ応え満点です。

味付けを少し濃いめに仕上げたため、飽きのこない味となりました。

# 訓練指導実施状況

講座名 **手 芸** (北海道) 支部 参加数 5

**七宝焼** 実施場所 地域活動センター あてんど

## 事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

初めて七宝焼き体験をしました。銅板を磨いているときはあまり面白くなかったけど、色を塗っているときはとても楽しかったです。

作った作品はお母さんにプレゼントします。

---

---

---

---

---

---

---

---

## 訓練指導実施状況

講座名 **手 芸** (北海道) 支部 参加数 5

**七宝焼** 実施場所 地域活動センター あてんど

### 作 品 例 写 真



#### 作品の説明

みんな思い思いの好きな形の銅板を選びました。この作品はひつじで、1色だけではなく、カラフルな模様に仕上げました。

1つはキーホルダー、もう1つはブローチを作りました。



# 訓練指導実施状況

講座名 **手芸** (北海道) 支部 参加数 10  
**こけ玉** 実施場所 豊平MAX

事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

とても可愛らしいものができました。

家に水槽があったので、早速水槽に入れて飾っておきます。

海の匂いがしました。

---

---

---

---

---

---

---

---

## 訓練指導実施状況

講座名 **手芸** (北海道) 支部 参加数 10

**こけ玉**

実施場所 豊平MAX

### 作品例写真



#### 作品の説明

海に生息する藻をボール状に巻きつけていき、ソフトボールほどの大きさにしていく。ボール状になったこけ玉に目や口を付けていき、かわいらしくデコレーションする。完成したものは水槽等に入れて観賞用となる。

# 訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5  
**親子丼** 実施場所 障がい者支援施設 ホップ

## 事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

玉ねぎを切っているとき、玉ねぎが新鮮だったのか異常に涙が出てきた。  
卵を入れて半熟に仕上げようと思ったが、火が強かったのか固まってしまった。  
副菜で作ったものはおいしかった。

---

---

---

---

---

---

---

---

## 訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5  
**親子丼** 実施場所 障がい者支援施設 ホップ

### 作品例写真



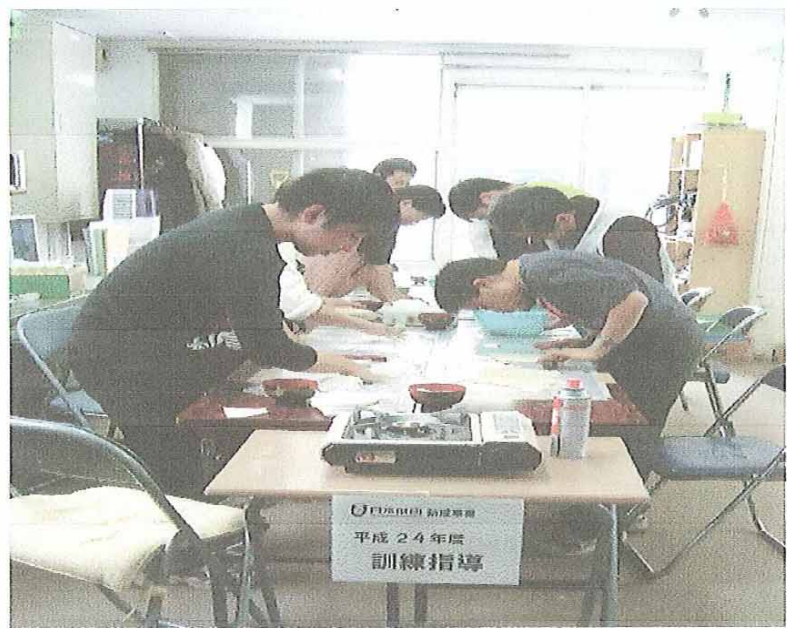
#### 作品の説明

親子丼を作りました。半熟に仕上げようとしたのですが、火加減が強かったせいか固まってしまいました。味付けが程よく、とても上手に仕上がりました。

もやしのサラダはドレッシングで和えて味付けをしました。

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 9  
**蕎麦作り** 実施場所 豊平MAX

事業の実施状況写真



実施を終えて (感想等)

初めてそば打ち体験をしました。いつも食べているそばよりもかなり太くなりま  
した。そばを捏ねているときはとても大変でした。  
自分で作ったそばはとてもおいしかったです。

---

---

---

---

---

---

---

---

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 9

**蕎麦作り**

実施場所 豊平MAX

作品例写真



作品の説明

そば打ち体験をしました。みんな初めての経験で、とても盛り上がりました。  
普段食べているそばのように細くならず、うどんのような太さになりました。  
そば粉は北海道産のそば粉を使用したため、とてもおいしいそばでした。

## 訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 6

**いなりずし**

実施場所 地域活動センター あてんど

### 事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

いなり寿司作りに挑戦しました。ご飯を詰める量が難しくて、ご飯がはみ出したり、  
少なすぎたりしました。手が不自由な人もいるため、みんなで協力して皮を持つ人、  
ご飯を詰める人に分かれて行いました。

上手にできてよかったです。

---

---

---

---

---

---

---

---

## 訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 6

**いなりずし**

実施場所 地域活動センター あてんど

### 作品例写真



#### 作品の説明

いなり寿司作りに挑戦しました。市販の揚げを買ってきてご飯を詰める作業ですが、手が不自由な方も居られ、詰める作業が少々大変でした。

みんなで協力して最後は上手に完成することができました。



# 訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5  
**ロコモコ丼** 実施場所 障がい者支援施設 ホップ

## 事業の実施状況写真



実施を終えて（感想等）

ハワイの食べ物と教えてくれました。私はハンバーグが大好きなので、とてもおいしくいただきました。ハンバーグの火加減が少し難しく、外は焼けていても中がまだ火が通っていないことがありました。

---

---

---

---

---

---

---

---