

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
カレーライス
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。
作り方が分かったので休みの日に1人で作ってみたいと思います。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
カレーライス
実施場所 豊平MAX

作品例写真



作品の説明

カレーはカレーでもキーマカレーに挑戦しました。家で作って食べている
カレーとはちょっと違って不思議な感じがしましたが、とてもおいしくできました。
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 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
かぼちゃケーキ

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）

カボチャを切りましたがとても固くなかなか切れませんでした。ぐらぐらして
少し怖かったけれど上手に切れました。

カボチャをきれいに盛り付けして食べました。とてもおいしかったです。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
かぼちゃケーキ

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

カボチャの甘さがしっかりでていて、しっとりとおいしいケーキが出来ました。

作ったケーキをラッピングしてみました。販売できるくらいとってもおいしいケーキでした。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

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）

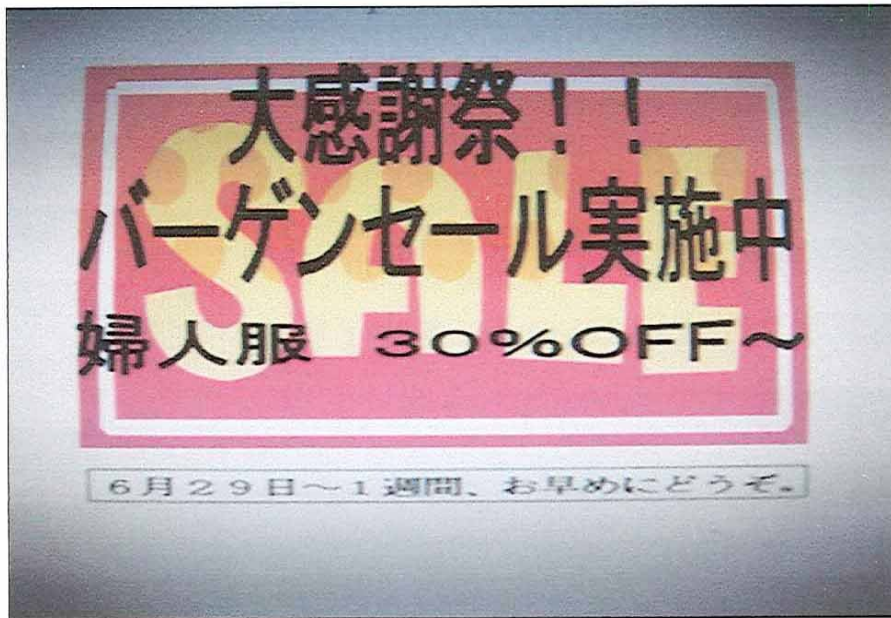
今日実際にチラシを作ってみてチラシ作りが難しいことがわかった。
ワードアートはいろいろな形ができてとても面白かったです。
もっと勉強していろいろなチラシを作りたいです。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

実施場所 豊平MAX

作品例写真



作品の説明

チラシはパッと見てインパクトを与えるものにするためバーゲン実施中の文字を大きくした。また赤は目立つため文字の下に絵を張り付けてみた。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
スパゲティー

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）

鶏肉を切るときに肉がぬるぬると動いて切りにくかったです。

鶏肉は十分に火を通すことと言われました。炒めているときはバターのおいごとでもおいしそうでした。食べたらとってもおいしかったです。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
スパゲティ

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

ほうれんそう、鶏肉のペペロンチーノにしました。味付けは塩、こしょう、バター風味にしました。6人分で作る量が少し多くなりましたがみんな一生懸命に調理していました。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

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）

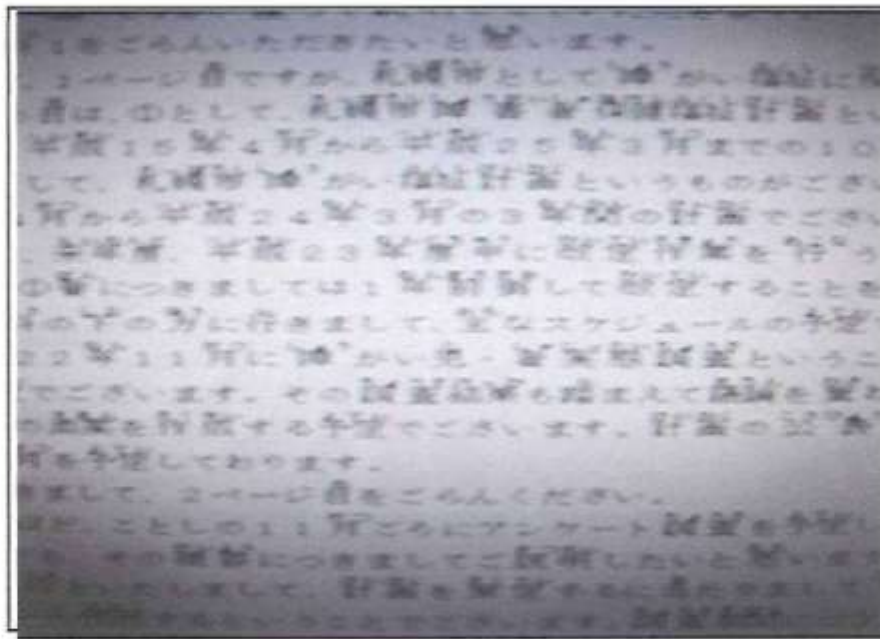
普段はルビ打ちを使わないため機能があることは知っていたが、どこにあるのか
を知らなかった。またルビがなければ文章を読めない人もいることを知り
ルビ打ちの必要性を確認できた。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

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

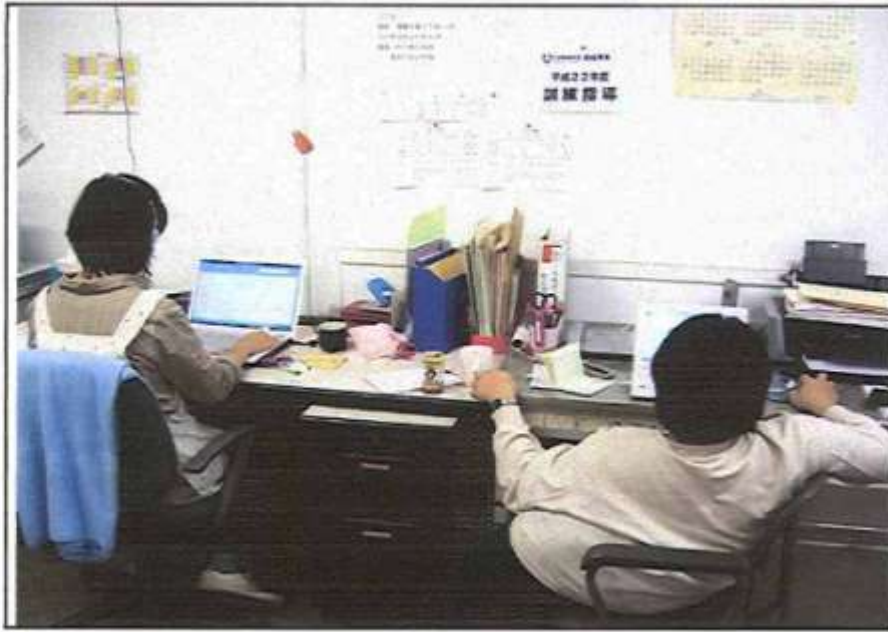
ルビがあると細かな字がたくさんあって読みにくい、それがないと文章を
読めない人もいる。ルビ変換では違った変換もされるため1文字ずつ確認が必要と
なり時間が掛る。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

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）

今までは計算をするときに電卓を使って計算をしていました。電卓を使っていると数字が合わなかったり、時間がかかったりしていました。
関数を使って計算すると早くでき、なおかつ正確に出来ました。勉強になりました。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

実施場所 豊平MAX

作品例写真

作品の説明

今回は足し算、平均を求める関数を中心に行いました。計算問題では電卓を使って出来る数字から電卓を使って計算すると間違ってしまう桁の大きな問題も作りました。他に何が出来るのか参加者は関数に興味を持って取り組んでいました。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
ポテトサラダ

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）

じゃがいもがごつごつして皮をむくのに大変でした。なかなかきれいに皮がむけなくて皮をむいていたら身も削ってしまい少し小さくなってしまいました。少しずつ味をつけていると出来上がったときにはお腹が少しいっぱいになりました。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
ポテトサラダ

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

とってもおいしくできました。じゃがいもの皮をきれいにむこうをしてだんだん
じゃがいもが小さくなってしまいました。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

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）

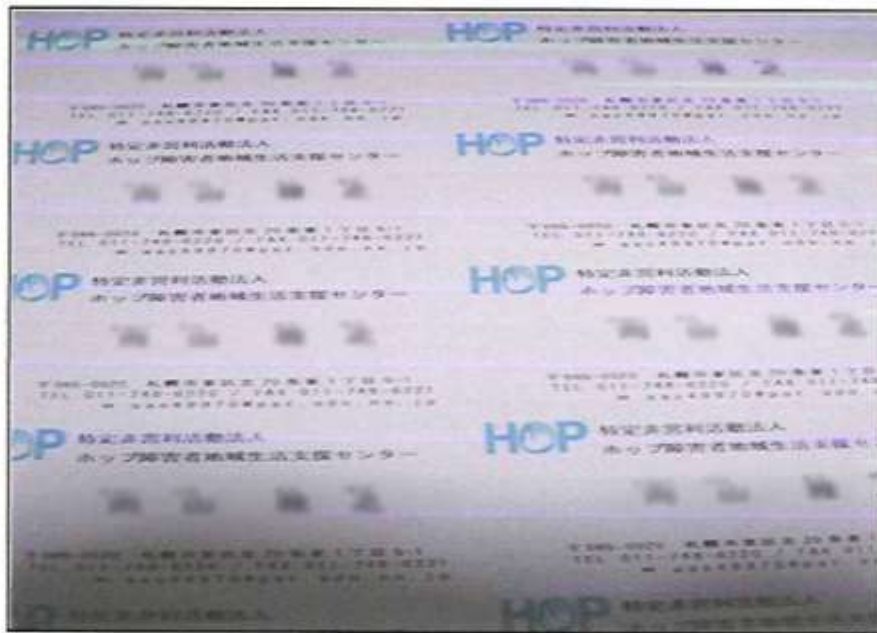
決められたスペースに施設名、名前、住所、電話・FAXを入れたが、文章が長すぎて入らなくて均等割り付けを使った。またきちんと収まるように行間を調整するのがとても難しかった。でも自分の名刺が出来あがってうれしかったです。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

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

自分の名刺を作成しました。完成した時にはみんな大満足で誇らしげでした。

出来上がった名刺はみんなで交換していました。

均等割り付けや行間の調整がとても難しかったようです。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
クレープ作り
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)

クレープの皮を作った。クレープ屋さんが作るような薄皮にはならなかったけど、
味はほんのり甘く皮だけでも十分においしかった。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
クレープ作り
実施場所 豊平MAX

作品例写真



作品の説明

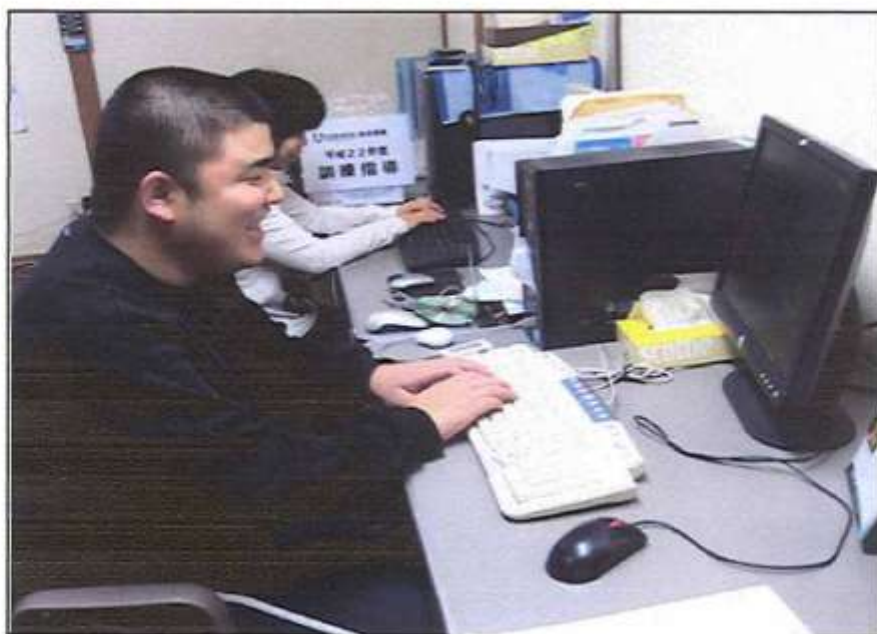
クレープの皮を作った。クレープ屋さんが作るような薄皮にはならなかったけど、
味はほんのり甘く皮だけでも十分おいしかった。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

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）

高校野球のトーナメント表のようでした。なかなかセルの真ん中に罫線がなくて
セルを結合したり、列幅を狭めて作成しました。

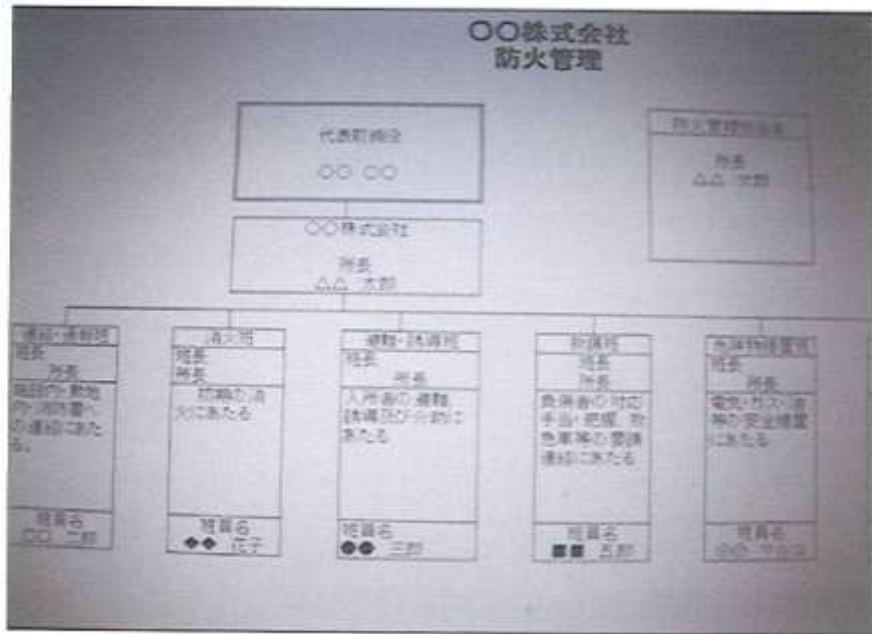
今度高校野球のトーナメント表を自分で作ってみます。楽しかったです。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

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

初めは1つのセルに文章を入力して表を作成するとセルの中心に罫線がこないことを悩んでいましたが、セルを結合すると罫線が中心にきて作業が進んでいました。

時間が足りなくて完成はしませんでした、上手に出来ていました。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
うどん作り
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）

5分間足踏みをするのはとても疲れました。
生地を寝かせている時間はとても待ち遠しくてどんなうどんが出来るのか楽しみに
待っていました。棒で伸ばす時に薄くしすぎてちょっと破れてしまいました。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
うどん作り
実施場所 豊平MAX

作品例写真



作品の説明

うどん屋さんみたいにならずにとってもコシのある麺が出来ました。

出来上がったうどんはカレーうどんにして食べました。とてもおいしかったです。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
鮭寿司作り

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）

お米に酢を混ぜるととってもおいしかったです。それに鮭が混ざると絶品の味で
した。おいしくてとても簡単だったので、家でも作ってみようと思います。

訓練指導実施状況

講座名 **調理実習** (北海道) 支部 参加数 5
鮭寿司作り

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

とても簡単に出来るけれどとてもおいしい品です。すし酢の甘さと鮭の塩辛さがとてもマッチします。みんないつもいつも以上に食べていました。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

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）

今まで名刺は貰ってばかりで自分では持ったことがなかったけれど、これからは自分も名刺を出すことができるのでうれしい。みんなが作っているものとは違うもののほうが印象に残るかと思って変わった名刺を作りました。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

実施場所 豊平MAX

作品例写真



作品の説明

印象に残る名刺を作ろうとみんなで話し合いました。それぞれ文字を大きくしたり
絵を入れたりしていました。その中でも自分のモットーも一緒に入れている人がい
ました。この名刺を貰うとその人のことを思い出してしまいそうな名刺です。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

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）

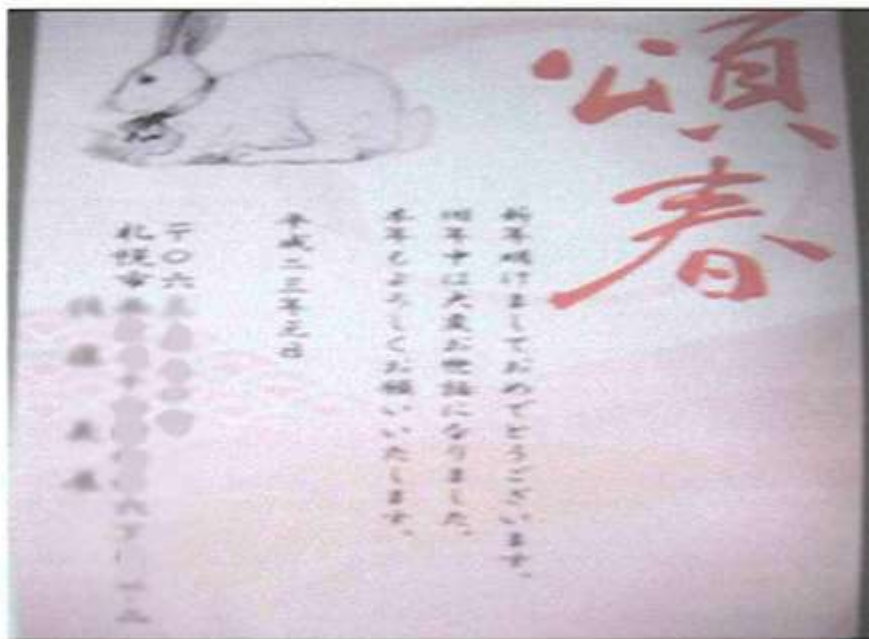
いつも年賀状は印刷屋に頼んでいたけれど自分で作った年賀状のほうが心がこもっているように感じた。今日はあまり時間がなかったけれど今年は写真を入れてみんなに出したいと思います。

訓練指導実施状況

講座名 パソコン (北海道) 支部 参加数 5

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

チラシで何が良いか決めることに時間が掛ってました。クリップアートや
テキストボックスを駆使して上手に年賀状を作成できました。まだ1か月あるので
写真を撮って今年は自分で年賀状を作ると張り切っていました。
