



SSKR ステップ通信

2017年
9・10月号
vol. 72
定価：50円

江東区地域生活支援センター ステップ

〒135-0016 江東区東陽3-16-12田中ビル2階

TEL：03-5633-7714 FAX：03-5633-7715

「ステップは相談支援事業と地域活動支援センター事業を行っています。」

発行人：障害者団体定期刊行物協会

〒157-0072 世田谷区祖師谷3-1-17 ヴェルドゥーラ祖師谷102

編集人：ステップ通信編集部

当通信は利用者の編集皆さまにご協力いただき、作成しています。

なし 利用者発案企画
外出プログラム
梨狩りに行こう!!

日時
10月10日(火)13時にステップ集合
雨天決行 ただし悪天候により安全の確保が難しい場合は中止

場所 内容
高代園(千葉県松戸市) 梨狩り(持ち帰りのみ)

費用
約2000円(交通費+梨持ち帰り)
※都営交通無料乗車券をお持ちでない方は別途交通費がかかります。
梨のお持ち帰りの量によってかかる費用が変わります。

参加するには
●事前の申し込みが必要となります。
参加を希望される方は9月30日までに申し込みください。
●参加条件はすでに登録をお済みの方のみとさせていただきます。
ご不明な点やお問合せは職員までお願いします。



トピック

今年も区民まつりに参加します!

第35回江東区民まつり中央まつり

今年の区民まつりは東京2020オリンピック開会1000日前カウントダウンイベントや東京2020オリンピック・パラリンピックPRブースなど、オリンピックに関連するものが多いことが大きな特徴です。

今回もステップは10月28日(土)にふれあい広場のNP0・市民活動コーナーに昨年好評だった「押し花教室」を出展する予定です。詳細などは決まり次第、追って皆さんにお知らせしますので、お楽しみに!

ステップ DE ランチ Step レポート Lunch

初参加の方も交えて、今回は何と「天ぷら!!」に挑戦!!「揚げるの難しいかな～」と思いきや、かぼちゃにナスに、ピーマンにまいたけと火力に手こずりながらもカラット揚げて、その姿はまるで「天ぷら職人」。鶏肉もジューシーに、季節の桃も美味しく頂きました。

火の通り易いナスの切り方も、固いかぼちゃをちょっとレンジでチンしてから切るのも勉強になりました。



今回は「ハンバーグ」の予定です。
ご参加お待ちしております。



7・8月のステップ写真館



1. 7月はじめ、七夕飾りを作って、短冊に願いごとを書きました。
2. 8月のステップDEカフェはコーヒーのお供にロールケーキを食べました。
3. 健康な体を作る会では映像を見ながら、ヨガを行いました。
4. 7月中頃、ステップで栽培しているトマトが色づきました。8月の昼食会で試食。「甘くて、美味しい。」との感想を頂きました。
5. 7月の夕食会のキーマカレー。野菜たっぷり栄養満点!

7ラワー教室からの報告とお知らせ

8月10日のフラワー教室は芙蓉(ふよう)の花を作りました。芙蓉は夏頃に大輪の花を咲かせるのですが、1日で枯れてしまうことから「繊細な美」「しとやかな恋人」という花言葉があります。9月と10月のフラワー教室は区民まつり出展に向けて、押し花や葉(しおり)の準備をします。9月10月は準備の為、参加費は無料となります。皆さまのご参加をお待ちしております。

お知らせ

- 9月21日(木)・9月28日(木)・10月19日(木)・10月26日(木)は運営会議の為、16時に閉所となります。
- 来所されている利用者の皆さまの登録、再登録を随時行っております。