

はあとの森瓦版

2022.10月発行



8月

瓦版はウェブページでも
ご覧いただけます！

ハートの森大学編

6月



耳トレ教室



お茶の淹れ方教室



耳トレーニング教室では、枯れ葉を踏む音、カエルの鳴き声など、
様々な音に耳を澄まし、意識をして聴く力を鍛える練習を行いました。
お茶教室では、お茶屋さんのご主人である利用者様に特別講師となって
頂き、格別に美味しい新茶の淹れ方を教わりました。

7月



紅茶教室～アイ스티ー編～



紅茶教室では夏にぴったりのアイ스티ーの淹れ方講座を楽しんで
頂きました♪水出しや氷割りなど、淹れ方次第で風味に個性が現れ、
新しい発見がたくさんありました。暑かった今年の夏ですが、
爽やかなアイ스티ーを飲んで、「涼」を感じて頂きました♪



口腔内の健康教室

口腔内の健康教室では、口腔機能の重要性についてお話しをさせて頂きま
した。口腔内を清潔に保つことは肺炎の予防に繋がり、しっかりと噛める
強い歯を維持することは、誤嚥の予防になります。口腔内の健康を日頃
から心がけて頂き、お元気に過ごして頂ければと思います！

9月



コーヒー教室～焙煎について～

コーヒー教室では豆の焙煎に焦点を当てた講座を行いました♪
生豆をフライパンで炒って「中煎り」まで火を入れ、皆様に挽きたての
コーヒーを召し上がって頂きました！クセがなく、あっさりしてとても
飲みやすい味になりました。