



リハ♥うさ便り

—冬号—



おかげさまで6周年！！

秋のイベント



午前の部

ノルディック講習



ノルディック協会
上級インストラクター
「熊谷則子講師」

当事業所も6周年を迎えるにあたり、日頃のご愛顧への感謝を込めて、イベントを開催させて頂きました。



実際にポールを握ります



まずは準備体操



楽しかったです。色々学ばせてもらいました



住吉川まで約7千歩ウォーキング！

大変良かった。又、ある時は来たいと思います。

結構なペースだったので、コースごとのグループ分けが欲しかった。



英国式アフタヌーンティー

～美味しい紅茶の淹れ方～



午後の部



世界の料理研究家

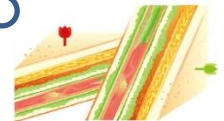
「中尾いく子先生」



牛乳を先に入
ると美味しい

紅茶は家でも淹れま
すが、大変参考になり
ました。

メモをとれば
良かった



11月11日、秋のイベントとして「ノルディック」と「おいしい紅茶の淹れ方」の講習が開催されました。

ご多忙の中、ご参加くださいましてありがとうございました。

リハ・うさぎ御影スタジオでは、今後もご利用者様・ご家族様、並びに関係者の方々のご要望に添えるよう皆様と一緒に邁進してまいります。

次回イベント時期は未定ですが心待ちにして頂ければと思います。



水筒のご持参にご協力下さい。



寒くなってきましたね。汗をかき難くバテ難い気候ですが、その分、水分摂取が少なくなり不足しがちです。脱水予防として小まめな水分補給をお勧めしています。お好みのお茶や水、スポーツ飲料等お持ち頂いて常に喉が潤うようお願い致します。

ご連絡、ご相談がありましたらこちらへ



リハ・うさぎ御影スタジオ

〒658-0047

神戸市東灘区御影1丁目11-16 ジュネシス御影

TEL 078-846-3557 FAX 078-846-3558

