

憩の家通信

第 101 号 令和元年 12 月発行
 編集 地域活動支援センター
 おちか憩いの家
 ☎ 56-4366
 発行 NPO法人おちかちんぐ
 ☎ 56-4366

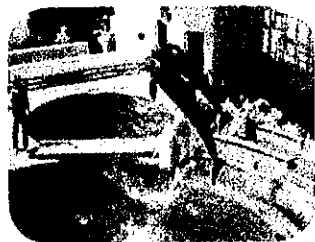


今年の秋は例年より比較的暖かい日が多く、その影響もあり、台風が遅くまで発生し、時化が多く船の欠航が続きました。11月になってやっと秋晴れの天気になりました。

いよいよ師走の12月になり、気持ちだけあわただしい感じです、町民の皆様も風邪などひかれませんかよう、体調管理に気をつけて下さいね。憩いの家もまずは健康を第一に、残り少ないいのしし年を乗り越えて、新しいねずみ年へと進みたいと思います。



《 海きらら 》



イルカのジャンプが
おどかってます。

佐世保の海きららへ日帰り旅行に行きました。
 この日は晴天で、しかも憩いの家にお手伝いに来ていた元地域おこし協力隊の宮本さんが、九十九島ビジターセンターで働いていて、懐かしかったです。



小さなクラゲや
きれいなクラゲが
たくさんいました。

海きららの最大の魅力はなんといってもイルカショーです。大技をたくさん見る事ができて、みんな感激しました。

大きなアヲ(魚)が
おいしかったです。

お土産品が
たくさんありました。



《 オレンジカフェ 》

毎月第2月曜日に、カフェマルタヤでおちかの家主催のオレンジカフェに毎月参加させてもらっています。

9月には牛乳パックの小物入れ、10月にはコスモスの壁掛け、11月にはもみじのガーランドを作りました。

毎回素敵な作品を教えてもらっています。一緒に参加されている大先輩のおばさま方との交流も楽しいです。



毎日おもしろな
作品ができて
嬉しいです。



今度は何を作ら
なうと、ワクワク
します。



ティータイムが
楽しみです。

かわいくできました。

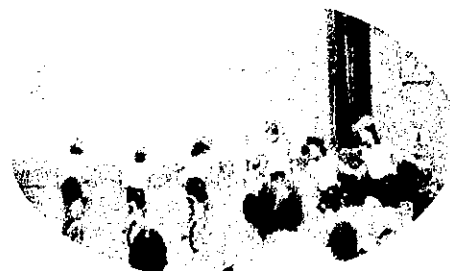


《 大島分校学習発表会 》

毎年楽しみにしている大島分校の学習発表会及びミニレクリエーション大会に行ってきました。

発表内容はもちろん、発表する姿が堂々としてとても良かったです。また、一輪車にじょうずに乗り、技を披露してくれた大島の生徒たちに感心しています。

もうすぐ憩いの家と大島分校の生徒たちとの交流会があるので、今から楽しみです。



一輪車のショー
がステキでした。

大きなスイカの
劇が楽しくて
笑い止まらな
いでした。



ペットボトルのボーリングは
とても難しく、なかなか
倒せませんでした。

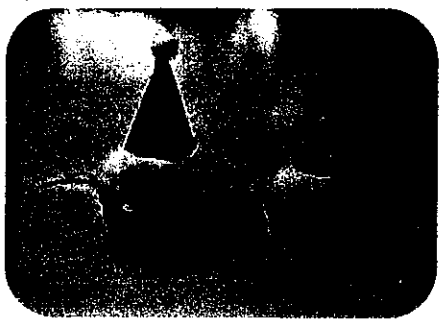
《 ポンポン作り 》



クリスマスの飾り用に、ポンポンでサンタクロースやトナカイ、ツリーを作りました。

作っている内にアイデアが次々に浮かび、くまモンやトトロ、くまのプーさん、ひよこなどたくさんできました。

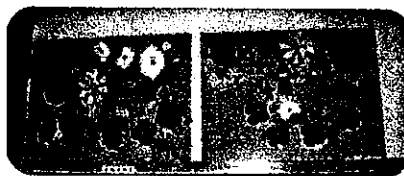
私たちの時代は、手に毛糸を巻いてポンポンを作っていました。今はポンポン作り用のグッズが 100 均でも売られていて、それを使うと簡単にきれいなポンポンができます。



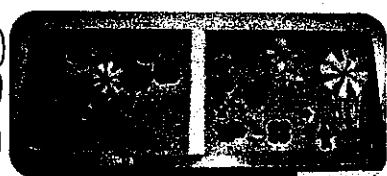
次は何を作ろうかと楽しみます。

できた作品を見ていると、いゆされます。

初めてのポンポン作りにはチャレンジしました。難しいです。



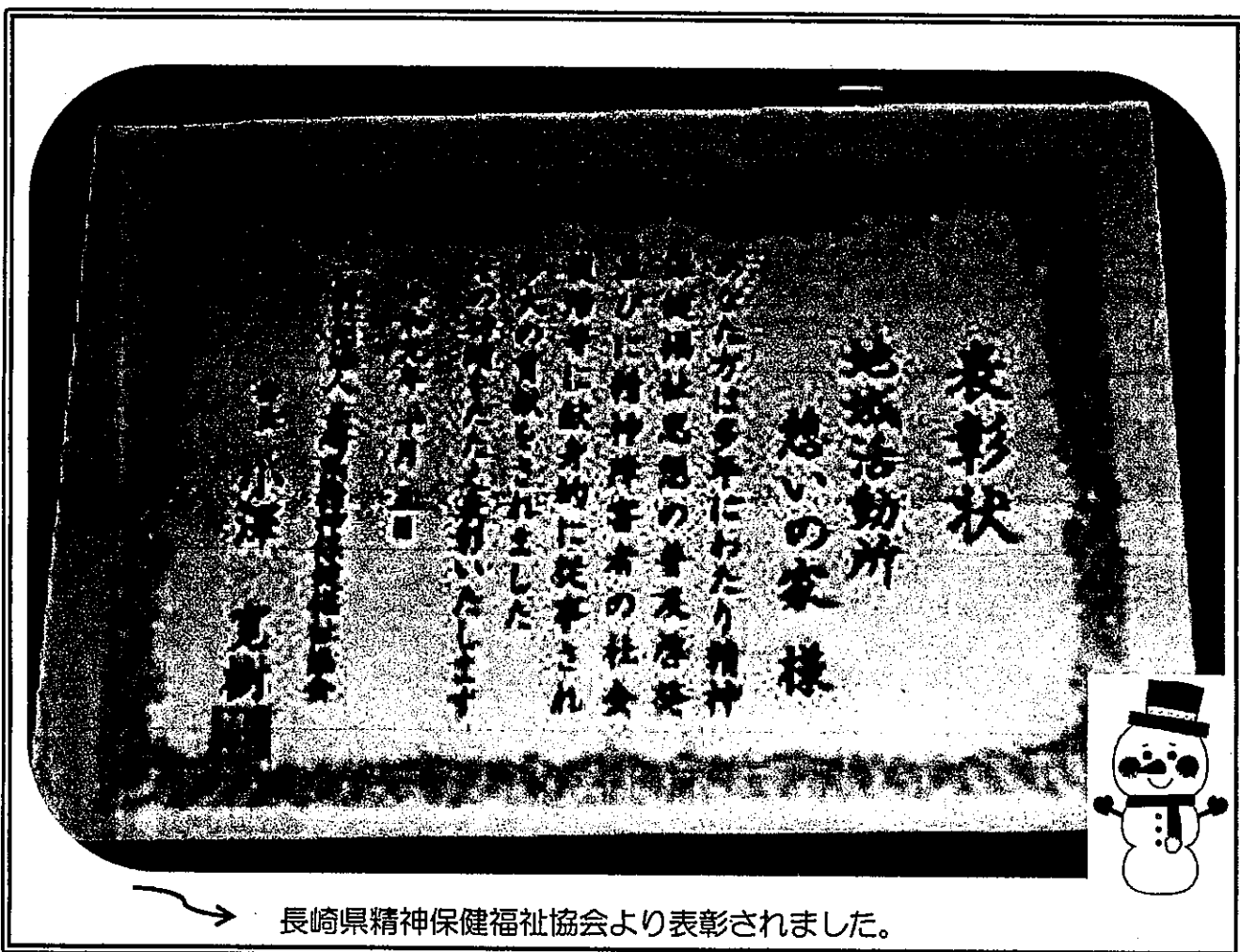
折り紙の作品も貯まってきた



《 ハンドベル 》

憩いの家のメンバーは、おとなしい(?)人が多く、人前での出し物ができないので、イベントで何かできないかと思い、ハンドベルを始めました。

これなら覚えなくても、指揮者の手に合わせて音を鳴らすだけでよく、しかもハンドベルの音の響きに癒されます。まずはクリスマス会で披露できればと考えています。

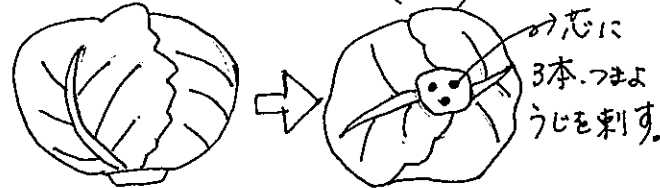


長崎県精神保健福祉協会より表彰されました。

= 編集後記 =

今回は、主婦の1人として、お薦めの裏ワザを紹介したいと思います。

まずは、キャベツやレタスを逆さに置き、芯をつまようじを3ヶ所埋めこませます。レタスは軟らかいので手の力でできず、キャベツはつまようじを釘のようにかきつけてたたくと上手くなります。



このキャベツやレタスを袋に入れて、野菜室に入れておくと、使い切るまで傷まず食べられます。ただこれだけでいいと思います。是非お試しください。 R.O

♡ お知らせ ♡

12月27日(金)~1月5日(日)の間、憩いの家は休みです。

介護用オムツ、コンポスト基材などご用の方は、早めにご予約をお願いします。

