



# まちの駅大泉学園通信 11月



## 歌う喜び、合唱の季節

先日、まちの駅大泉学園で、歌声広場が開かれました。平野さんのリードとキーボードでどんな曲でも巧みに伴奏される若林さんが揃うともう百人力です。参加者は好きな歌を歌集で見つけてリクエストします。秋らしい「旅愁」「いい日旅立ち」「秋桜」など思いっきり声を出して全員で歌います。中学校では合唱コンクールが近づきました。学校の道沿いに練習の歌声が響いています。力を合せてひたすら美しい音色を目指す、心洗われる情景です。こどもたちが目を輝かせて歌う「アンパンマン」の作者やなせたかしさんもついに天に帰りました。でもこの歌もいつまでも歌い継がれていくことでしょう。(S)

## 青オニの家

☎ 03-3922-7366

「青オニの家」はNPO法人サニーサイドが運営する、多機能型就労支援事業所です。就労移行支援（青オニの家）と就労継続支援A型（赤オニの家）の二つの事業を行っております。赤オニの家は、手作りのお弁当とお惣菜の製造、販売、配達を行っております。店頭販売、石神井商店街の「いせや」、こみゆにていかふえ「なごみ」でも定期的に販売を行っております。

青オニの家は、これから働く人のために「農業」「竹細工」「軽作業」「話し合い」等をとおして、働く為に必要な体力、仕事の手順、社会性を身に付け、「働く」ことを実現しくための事業所です。お弁当の注文や竹細工品の受注、その他ご質問等がありましたらお気軽にご連絡下さいませ。

## イベント紹介

ショップでの新しい商品を紹介します。社会福祉協議会でも評判の和歌山の梅干しです。はちみつとシソ漬の2種類。つぶが大きくて食べ応え十分。ぜひ食べてみて頂きたいと思います。

食のほっとサロンでは、お弁当の時に味噌汁を作ることになりました。また、イベントなど楽しい企画も考えております。65歳以上の方気楽にお声かけ下さい。お待ちしております。



11月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					11:30~ 食サロ	お休み
3	4	5	6	7	8	9
お休み	お休み	10:30~ 古典文学	13:00~ 大泉障害者支 援ホーム		11:30~ 食サロ	お休み
10	11	12	13	14	15	16
お休み			13:00~ いずみ寮		11:30~ 食サロ	お休み
17	18	19	20	21	22	23
お休み				13:00~ べるはうす	11:30~ 食サロ	お休み
24	25	26	27	28	29	30
お休み	10:30~ すくすく広場	13:00~ つくりっこ	13:00~ つくりっこ	13:00~ ママサロン 出張すてっぷ	ガレージセール 11:30~ 食サロ	お休み

11月の閉店時間は、4時30分です。



商店会主催の  
『いちよう祭り』  
に参加します

日時：11月10日（日）  
場所：風致地区公園  
★お菓子のつかみ取り  
★くじ引き



落ち葉清掃  
バス通りの落ち葉を  
掃除しましょう～

日時：12月5日（木）  
集合時間：1時  
集合場所：ショップ\*学園通り  
終了後、お茶会を参加者で行います



旬レシピ

台風も去り、そろそろ冬の準備に入る頃。季節の野菜を工夫してビタミンA・Cを効率よく摂取し寒さに耐えられる身体作りをしたいですね。

- じゃがいも(材料) じゃがいも4～5コ、片栗粉適量、バター  
 (作り方) じゃがいもは皮をむき適当な大きさに切りふかす。熱いうちにつぶし、片栗粉(じゃがいもの1/4量をなめらかになるまでまぜる。5cm位に丸め、平たくする。バター(オリーブオイルを足してもよい)で、両面きつね色になるまで焼き、好みでしょうゆをつけて食べる)
- かぼちゃ(材料) かぼちゃ1/4、片栗粉適量、バター  
 (作り方) じゃがいもと同様、かぼちゃは軟らかめなので、焼く時に崩れない様、気を付ける。
- 吸いもの(材料) だし汁4カップ、とりひき肉だんご、人参、しめじ、おくら  
 (作り方) だし汁にとりだんご、人参、しめじ、おくらを入れ、味を整える。小さめに丸めたじゃがいも(又はかぼちゃ)を入れ浮いてきたら出来上がりです。

かぼちゃは、ベータカロチンが豊富です。じゃがいもはビタミンCが加熱しても壊れないのが特徴です (M・K)