



まちの駅大泉学園 通信

8月号



夏を楽しむ、子どもからお年寄りまで

学園通りに、夏祭の看板が並び、紫の小旗がはためいて、いよいよ本格的な夏がやってきました。風致地区公園の盆踊りで、浴衣姿の3,4歳位の女の子ふたり、流れてきた「ドラエモン音頭」に合わせてぴよんピョコと飛び跳ね、大人気の「妖怪音頭」では男の子も手を振り振り、曲に合わせて舞台の上で一斉に踊りだして・・・。「これだよなあ・・・」微笑ましい光景に連日大汗を流して祭りの準備をされた小川会長さんも破顔一笑。地元老人クラブのお揃い踊りも地域のみんなが気持ちを寄せ合うお祭、今年は阿波踊り、練馬北町のぽんぽこ連の見事なパフォーマンスもあり、盛り上がりしました。(S)

つくりっこの家クラブハウス

前回は、「つくりっこの家」の有志により、結成されたバンド「サウンドハウス」を紹介しました。今回は、最近、つくりっこの家に取り組んでいる余暇活動などをご紹介します。1992年のクラブハウス開所以来から、「茶道」を伊藤宗郁先生から習っています。あわただしい日常から離れた空間を体験し、心やすらぐひとときになっています。最近では、囲碁の得意なメンバーに、囲碁を教えてもらう「囲碁レク」を、月に一回ははじめました。毎回、メンバー、ボランティア、スタッフと、その家族計10名ほどが対局しています。丁寧な指導のもと、初心者にわかりやすく、囲碁が身近に感じる時間になっています。また、「スポーツレク」では、近くの大泉学園町体育館を使い、月に2回、卓球やバドミントンなどを行っています。仕事の合間に、身体を動かし、リフレッシュしています。回数を重ねるたびに、新しいメンバーが増え、スポーツの楽しみが広がっています。他にも、つくりっこの家のりんご園のある長野県高山村へ、村の方との交流を中心にした旅行を3回ほど企画してきました。高山村の方のあたたかい気持ちや豊かな自然にふれることができます。次回は、りんごの収穫を兼ね、10月に行う予定です。

ショップ＊学園通り

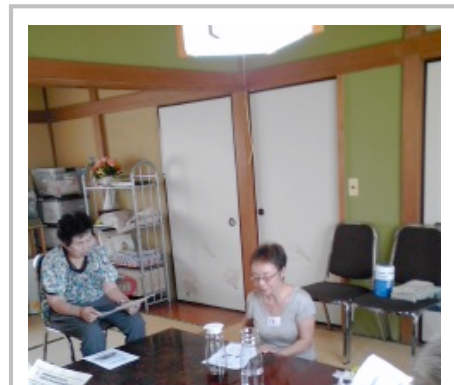


◎7月25日の「食のほっとサロン」で大泉学園やまぼうしの千葉さんによるミニ講座を行いました。

内容は「認知症」について。資料を見ながらとてもわかり易く説明をしてくださいました。参加者からは自分の体験談が出たり、質問が出たりと予定の時間をオーバーするほどでした。介護保険に適應していなくても自立支援で手すりをつけたり、杖なども1割負担で出来るとのお話に「あら、普通に購入しちゃった。なんでも相談した方がいいのね」という声。とても勉強になりました。

◎『お水を下さい』と立ち寄って下さる方が増えました。嬉しいことです。

これからも暑い日が続くと思います。クーラーをかけているのでアがしまっていると思いますがどうぞ気楽に入って涼んでいって頂きたいと思います。(N)



8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		10:30~ 古典文学を 楽しむ会	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			お休み			お休み
17	18	19	20	21	22	23
お休み		13:00~ ジョブ・サロ		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 31 お休み	10:30~ すくすく広場	10:30~ 手作り講座 13:00~ つくりっこ	13:00~ つくりっこ	13:00~ 出張すてっぷ	11:30~ 食サロ	お休み

都合により変更をする場合がありますので確認をお願い致します。

旬レシピ

冷や汁（秋田・宮崎）

あそびにきてね！

ゲリラ豪雨や酷暑が続き、夏の半ばで体が参っている方が多いのではないですか？ こんな季節に地方で食べられている料理を紹介します。（〇）

【材料】

ごはん適量、みそ汁用ダシ、みそ、きゅうり、大葉
みょうが、白のいりゴマ（すりゴマでも良い）30g

【作り方】

- ①みそ汁用ダシを適量の水に入れ、ダシ汁を作り冷やしておく。
- ②きゅうりはスライサーでスライスして軽く塩をふる。みょうが・大葉はせん切りにする。
- ③すり鉢でゴマを香りが出る位擂る。
- ④冷やしたダシ汁に適量のみそを入れ、それをすり鉢にそそぎ、ゴマをまぜる。きゅうり・みょうが・大葉を加える。
- ⑤温かいごはんに冷やした汁をたっぷりかけて食べる。

※ みそ汁は少し濃いめに！

三二縁日

日時：8月29日（金）

11時～15時

場所：ショップ＊学園通り

内容：スーパーボールすくい

輪投げ ほか

1回 50円