



春よこい!

《談話室便り》

26年4月 No.26

発行随時

春といえば…!?

長い冬も終わり、心地よい日差しが降りそそぐ春がやってきました。

みなさんは春といえば何を連想しますか?

卒業・入学・桜・お花見・花粉症(笑)…等々、春は別れの季節でもあります。新しい出会い、新たなスタートの季節でもあります。みなさんもこの時期に、何か新しい事に挑戦してみたいはかがですか?

『いつも同じ毎日の繰り返し…』そう思っているアナタ!!趣味を見つけて時間を費やしたり、レシピ本を見ていつもと違う料理を作ってみたり、景色を見ながら散歩してみるのもいいですね。いつもと行動パターンを少し変えてみるだけで、新しい発見、新しい自分に出会えるかもしれませんよ☆

みなさんに素敵な春が訪れますように…☆



簡単 春キャベツのレシピ

★材料(4人分)★

- ・キャベツ 小1/2個(500g)
- ・豚ひき肉 300g
- ・サラダ油・みそ・酒・粉ゼンショウ
- 【A】ニンニク(みじん切り) 1かけ
- 【A】ショウガ(みじん切り) 1かけ
- 【A】豆板醤 小さじ1/2
- 【B】白練りゴマ 大さじ4
- 【B】醤油 大さじ4
- 【B】ラー油 大さじ1
- 【B】砂糖 小さじ1
- 【B】ザーサイ(みじん切り) 10g



★作り方★

1. キャベツをざく切りにする。
2. フライパンに油小さじ2を熱し、弱火でAを炒める。香りが出たらひき肉を加え、中火で良く炒める。脂が出たらみそ大さじ1と水1/4カップを加えて炒める。
3. ボウルにBを合わせ、2を加え混ぜ、肉みそを作る。
4. フライパンにキャベツを入れ、油小さじ2、酒・水各大さじ3をふって蓋をする。強火にかけ、蒸気が出たら中火にして3分蒸す。
5. 器に4を盛り、3の肉みそをかける。好みで粉ゼンショウを振っても良い。

3月のイベント

【おひな様会】

毎週火曜日午後に開催されている自治会主催のお茶っこですが、4日のお茶っこはいつもより1時間早く開始しました。手芸サークルで“おひな様のリース”を作ったので「ひな祭り会をやる!!」という住民さんの発案により開催されました。

みんなで協力して材料を持ち寄って談話室で料理したり、自宅で作ったお手製の料理を持ち寄り当初の予定よりもっと豪華なひな祭り会になりました。ご協力ありがとうございました。



【ダーツの旅】

自治会とカリタスジャパンが共同企画した“ダーツの旅”が大槌東地区のトップをきってここ榎内団地で6日開催されました。初心者、経験者ともに楽しんでいました。総合優勝はく澤田さんでした。おめでとうございます!!今月の18日には第7仮設の集会所で地区大会が開催されますので参加希望の方は支援員まで♪ “まさない団地応援団”も募集中です♪



【ほっとしてぐうー】

こちらも自治会とカリタスジャパンが共同企画したイベント“ほっとしてぐうー”が14日開催されました。最初にホットケーキを住民さんが焼きました。初めて作る人が多かった気がしますが、みなさんとてもおいしそうに焼いていました。お昼には『五島うどん』というのをカリタスジャパンの皆さんにご馳走して頂きました。アゴだしの入ったつけ汁はとってもおいしかったですね。このイベントは大槌災害FMの<カリタスとハピネス>という番組で放送されました。



【歌と踊りとマジック】

盛岡社協主催のお茶っこが18日開催されました。盛岡社協の方2名と盛岡の太田地区の民生委員の方5名が来てくれました。マジックも披露してくれましたが次々と色々なマジックがありみなさんとても見入っていました。すごかったですね~!! 大富豪になれる(!?)じゃんけん大会、男性住民代表と女性住民代表が競った糸巻き競争などのゲームをしたり、さんさ踊りを教えてもらいみんなで踊ったりとても盛り上がりしました。



団地の人紹介

《今回は 山崎 清剛 さんです》

●氏名 山崎 清剛さん(68歳)

●旧住所 上町

《趣味》

・美術鑑賞・版画・読書

《団地生活の感想》

- ・皆さんとってもいい人たち♪
- ・支援員さんが談話室にいてくれてとても良かった!!

《今後の夢》

・子供や孫がこれから幸せになってほしい

《一言コメント》

「ありがとう」「ごめんなさい」という言葉を勇気をもって口に出してみんなに伝える事を皆さんでやっていきましょう☆



今では榎内団地でかかせない存在の山崎さん!ととても多趣味で何をさせても丁寧で繊細な方です☆料理も上手でビックリです!とてもシャイな山崎さんですがイベントの出し物ではお茶目な一面もありいつも皆を笑顔にさせてくれます♡

おしらせ

●朝の体操について

暖かくなってきたため、4月から外でのラジオ体操を開始します。時間は平日9:30~談話室前にて行います。みなさんの参加お待ちしております!!

●バリスタコーヒータイムについて

冬季限定で行われていた「バリスタコーヒータイム」を終了し、4月からは毎週木曜日「お茶っこ&手芸」に変更します。気軽にお立ち寄り下さい!!

●移動図書時間変更について

4月から第1・3火曜日、14:10~14:40に変更になります。様々な種類の本がありますのでぜひご利用下さい!!



4月の「談話室」使用予定

- 1日(火) お茶っこ&手芸
- 2日(水) 思い出の品返還
- 3日(木) お茶っこ&手芸
- 8日(火) お茶っこ&手芸
- 9日(水) ゲームサロン
- 10日(木) お茶っこ&手芸
- 12日(土) フラワーアレンジメント
- 15日(火) 昼食炊き出し
移動図書・お茶&手芸
- 17日(木) お茶っこ&手芸
- 22日(火) お茶っこ&手芸
- 23日(水) ゲームサロン
- 24日(木) お茶っこ&手芸
- 25日(金) スポーツ吹き矢
- 30日(水) 楽しく体操(和菓子教室)