



春よこい!

《談話室便り》

24年10月 No. 8

発行 随時

団地は小さな農園です!

今年の夏は長く暑かった～、秋といえば「祭りだ・収穫の秋・スポーツの秋・食欲の秋・読書の秋」など思い浮かぶ言葉がたくさんあります。その中の収穫の秋は、収穫物は秋に入り、カボチャが団地前の育っています。春の絹サ山の野菜が食卓に上った

また、野菜やお花を育て、周りの雑草を取って戴き大した。支援員も、トマト・イカボチャ等頂き、有難うござい



秋を探してみ減ってきました。斜面で大きくやに始まり沢山です。る事で団地の交助かりましチゴ・スイカ・ました。

小玉スイカの味が今も忘れられません! by・AS

「まさない仮設育ちの野菜など」 ミニトマト、セロリ、パセリ、ピーマン、唐辛子、ゴーヤ、イチゴ、山東菜、青しそ、なす、さつま芋、サトイモ、とろろ芋、ササぎ、小豆、絹サヤ、ねぎ、カボチャ、キュウリ、ズッキーニ、枝豆、スイカ、チンゲン菜、いんげん・・・

《たこ焼きパーティー》行われる!!

大阪府立大学生と遠野まごころネット提供

猛暑が過ぎ去った9月21日に、関西の学生ボランティアによる本場仕込みの「たこ焼き」をご馳走になりました。外はあいにくの雨でしたが談話室は学生さんの給仕による「たこ焼き」のいい匂いが漂い、参加者(17人)は色々な具材の「たこ焼き」をお代わりしていただきました。



大阪府立大学生 5人
遠野まごころネット1人
(有難うございました。)

団地の人紹介

★今回は 永井さんファミリー です★

●氏名 永井

●旧住所

《趣味》

真理子さん・・・手芸・アレンジフラワー

沙智子さん・・・絵を描くこと

《団地生活の感想》

みんないい人ばかりで、助けてもらってます。

《今後の夢》

住宅再建!!



多趣味な さん、常に予定がいっぱい!!
動いている時・おしゃべりしている時がしあわせ!!
それぞれ、趣味は違っても、とても仲の良いファミリーです☆

祭りだ!ヨイヤッサー!!

9月22日「大槌稲荷神社祭り」、23日「小槌神社祭り」が行われました。被災した土地の嵩上げ工事に伴い、今までの街並みで行われる最後のお祭りとなりました。

被災し、参加を自粛せざるを得なくなってしまった団体、道具を新調し、再スタートを切った団体・・・参加者も見物者もそれぞれが様々な思いを抱えながらのお祭りだった事でしょう。

2日目は、あいにくの雨に見舞われながらも、町には、勢いある囃子の音が鳴り響き、披露会場となったマストには、2階まで埋め尽くすほど、沢山の人で賑わいました。

来年は、どのような形で行われるのか、まだわかりませんが、長年続いてきたお祭り、代々この地に受け継がれてきた郷土芸能が、絶える事のないようお願いいたします。



食欲の秋にご注意

秋は、収穫の季節・・・おいしい物がいっぱい↑↑

サツマイモやおいしい果物、沢山ありますよね。ついつい食べ過ぎてしまいがちですが、そうなると大変なことに!!

「あれ?この間まで、はいていたズボンがはいらない!!」なんて事になりかねません。みなさん、美味しい物はほどほどに、

適度な運動にも心がけましょうね!

■適度な運動の代表格＝ウォーキング＝■

☆身体的効果 ⇒ 血流量アップ、脳細胞の活性化、脂肪燃焼ダイエット効果、筋肉量アップ、内臓の働きを活発にするなどと言われています。

☆精神的効果 ⇒ リラックス効果、行動範囲が広がり新しい発見をして、社会生活も広がり、脳の活性化につながるそうです。

☆団地の方も実施しています。⇒ 団地のウォーキング愛好者は早朝派、日中派、夕方派など、体力や生活リズムに合わせて行っているよ。



チョット一言

●今年の夏から秋にかけて「鼻水」と「くしゃみ」に悩まされました。花粉症??
それとも、年齢のせい??いずれにしても体調がすぐれないと憂鬱なものです。

これから、寒くなります。体調管理には気を付けましょう。

●先日、朝の体操の後、住民の方から最近設置された倉庫に結露がでてる中物がぬれているとの相談がありました。

朝夕の寒暖差でどうしても上の方に結露が出来るようです。自宅の倉庫を見ていただき、段ボール等で対策をして頂きたいと思います。なお、7-1の山崎さんが上手に対策しています。相談してみてください。

10月の「談話室」使用予定

- 2日(火) 移動図書・お茶っこ
- 3日(水) 健康料理教室
- 4日(木) 健康相談
- 5日(金) 民生委員地区協議会
- 8日(月) マッサージサービス
- 9日(火) お茶っこ
- 12日(金) お茶っこ
- 13日(土) 上映会&お茶会
- 16日(火) 移動図書・お茶っこ
- 17日(水) らくらく体操
- 19日(金) お茶っこ
- 23日(火) お茶っこ
- 26日(金) お茶っこ
- 29日(月) 健康相談
- 30日(火) お茶っこ