

採れたて!!

わかごぼうのニュース

No.105

発行 2022年12月
八尾市パーソナルサポートセンター
大阪府八尾市本町 1-4-1-201
TEL:072-999-7900

絞って作るカワイイ

クリスマスも近づいてきたので、家事初心者でもできるクッキー作りをしました。今回は型抜きではなく、絞り出しクッキーを作りました。

当日参加していたメンバーは卵を白身と黄身に分けたことがなかったようで、初チャレンジしてしまいました。殻を器にして白身だけを取り除きます。割った際、綺麗に殻が割れなかったようで少しやりづらそうでしたが、見事初チャレンジにして成功を収めたメンバーは続いて、白身を細かく計量することに。白身が粘性なので細かい計量に悪戦苦闘。その末、きっちり分量を量れたメンバーは少しほっとした顔をしていました。別のメンバーは、粉糖、粉類やバター等を計量していました。材料全てがそろったのでクッキー生地を作っていきます。まずはバターと粉糖を混ぜていきます。

ですがお菓子作り初心者にとって「バターを滑らかに」という文言自体がどういった状態なのか、どうすればそうなるのかわからないようでした。が、

最後は薄力粉を投入して塊になるまで混ぜたら完成です。普通のクッキーなら薄く伸ばして型で抜いたりするのですが、今回は絞り袋を使って絞っていきます。生地をセットして、ギュッと絞り出し



ラストワン

来年は、飛んではねて

今年も、来年の干支イラストを決める季節が来ました。来年の干支は「卯」です。ということで、メンバーに描いてもらいました。そうして出そろった候補はこの四羽。どのウサギさんが来年のわかごぼうニュースの一角を賑わせてくれるのでしょうか？



トラブルのない一年でした。

トラブルだらけだったのよ



わかごぼうは

失敗できる場所

家とは違う場所へ出かけたい。でもいきなりは不安。お話できなくても一緒に過ごしてみよう。失敗しても構いません。そこからたくさんのことを学べるから。

八尾市社会的居場所事業

わかごぼうに 来ませんか？

☆参加対象になる方
◇社会参加を望みながら不安を感じている方
◇これからの自分を考えたい
家族以外の人との関わりが薄い方
※また、その方のご家族・親族の方も
ご相談いただけます。
(込み合う場合がございますのでご予約下さい。)

今を変えたいけど、どうしたらいいのかわからない。
そんなあなたに答えるための社会的居場所です。



開催時間：毎週木曜日 14:00-16:00
開催場所：わかごぼう
八尾市南本町7-6-23
※JR八尾駅から徒歩15分なので自転車推奨

お問い合わせ & 参加申込み
電話：072-992-6921
電話受付時間：9:00-17:00
(祝日除く月~金)

オンライン面談始めました。
詳しくはこちら



ウニもめる

美味しく作れると嬉しい

農園で育てたトウモロコシとほうれん草をどう利用しようかメンバー達と話をしている中で「家ではトウモロコシやほうれん草どうやって食べてる？」と聞いたところ「ほうれん草の胡麻和え・胡麻味噌和え・コーンスープ」といくつか料理名が出てきました。立て続けに「作った事は？」と聞くとメンバー全員口をそろえて「ない」という返事だったので、それなら無事収穫が出来たら普段、家で食べている料理を自分達で作ってみる体験をする事にしました。

農園で育てているトウモロコシとほうれん草を寒いのでさつさと収穫し、居場所調理の為に下ごしらえ。ほうれん草は根を切り落とし十分に水洗い、成長しているか不安だったトウモロコシは皮を剥いてみるとぎょしりと実が詰まっていたとても美味しそうです。

水洗いし終えたほうれん草はまず茎から茹でて茹で上がった水に漬けて色止め。胡麻和えと胡麻味噌和えを作り完成。トウモロコシは二つに折り返しおろし牛乳と混ぜ、味を調べて完成。

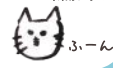
自分で作ってみた料理を食べると、どうやら家庭の味とは違っていたようですがとても美味しかったようです。作ったものを食べているとスタッフが余っていたトウモロコシとバターバーナーを持って来て「これ使ってみる？」と言われ、味変にはちょうどいいかと、トウモロコシにバターを塗り恐ろしいバーナーであぶるとバターが溶け表面が焦げてくるとお祭りでお馴染みの食欲のそよる香りが漂ってきました。

●作ってみて
全てが初挑戦でしたが上手に作る事が出来て良かったです。

事前に一度収穫してみたトウモロコシは白い部分があったけど今回ののはしっかり育っていて嬉しかったです。

わかごぼうニュース編集

わかごぼうでは、毎月参加者が企画した活動内容を参加者自身でコンテンツにしたニュースを編集して発信しています。



是非次号もご覧ください

ラビリンス攻略

野遊祭という大きなイベントも無事終えて、忙しかった先月が嘘のような、まったりとした活動日。おしゃべりが苦手なメンバー同士の交流もかねて、ゲームをしました。

今回は「ラビリンス」というボードゲームをお借りできたので、挑戦してもらいました。ルールは簡単。配られたカードにある宝物に向かって自分のコマを進めていくゲームです。しかしながら、ラビリンスと称される通り、一筋縄では宝物にはたどり着けません。行く先は行き止まりだったり、道が途絶えていたりしています。それを解消しながら宝物へと続く道を自分で作り上げていき、配られたカードの宝物を全てクリアした人の勝ちとなります。

では、どうやってその道を作っていくのか。ラビリンスの地図を作る際にひとつ、道のコマが残るのです。それを使って、盤面に小さく書かれた矢印の着いた場所にそのコマを押し込んで一つ道をずらしていくのです。すると、ラビリンスの盤面が変わって、閉ざされた道が拓けていくのです。そうして開かれた道を自分のコマを進めて宝物へと近づいていきます。この繰り返しを、自分のターンごとに行っていきます。

早速ルールも聞き終わったメンバーも慣れないながらもラビリンスに挑戦です。一人のメンバーの宝物がスタート地点からすぐそこにありました。ですが、目の前にあるのに道があと一歩のところ。道が曲がってしまい宝物へたどり着けません。なんとも歯がゆいスタートとなりました。

コマを片手に、ここに押し込んだらこうなると盤面を見つめながら想像を膨らませて、宝物への道を切り拓いていきます。熟考しながら慎重に進めていくメンバーや空間把握が得意なようでもスルルスと迷いなく道を作っていくメンバーと色々な性格が出ていました。そうして、始めること15分ほど、空間把握が得意なようだったメンバーが早々に配られていたカードの全てをクリアして上がりました。

クリアの感想を聞いてみると、本人にとっては無自覚だったようで、少し拍子抜けをしたような感じでした。本人も意識していなかった意外な特技が見つかったようでした。

2022年わかごぼう総括

二〇二二年初めての活動は「ネットでおみくじ」でした。新型コロナウイルスが蔓延していた真只中、居場所の活動もままならない状況でした。年明けメンバー達に「お正月はどこか出かけた？」と聞いても、自粛要請があったため今年は初詣行かなかったという声を聴き、とっさの思いつきでネットでもできるおみくじを引いて二〇二二年の安寧を祈願しました。

気候も暖かくなるとう居場所わかごぼうの見学者も増え始め、六月には新たなメンバー達と共に八尾市にあるしおんじやま古墳を見に行く外出イベントが企画され、初夏の薫りを感じながら歴史に触れる体験ができました。

今年6月の外出企画が最初で最後でしたが、新たな活動として居場所わかごぼうの活動を理解して下さっている他機関のイベントやイベントのボランティアスタッフとして参加することが多く通常のイベントでは経験できない体験を積み重ね、一年で多種多様な体験を提供することが出来たと思います。

居場所わかごぼうでは、「なにかしないといけない」とことは分かっているけど「どうしたらいいのかわからない」とそんな悩みを持つ方達が活動を通じて、自己理解を深め自分なりの社会参加の形を見つけることができる。そんな居場所を提供しています。

これからのわかごぼう



来月のわかごぼうは、新年早々運動企画子どもたちをのこる以来のなわとびで遊ぶ「年末に行われるイベントで接客体験」御給仕やってみました【2023年の抱負を語る】今年はお〇をやってみよう【等】を予定しています。

もちろん、いつもボランティアやチームトークなどもありますよ。みんな似ている。ひとりにはよくない。

つながる力を身に着けよう。社会的居場所わかごぼう新規参加者募集中です。