

採れたて!!

わかごぼうのニュース

No.35

発行 2017年2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

新しく覚える技は楽しい

以前から魚を捌けるようになってきたのですが、遂にチャンスが巡ってきました。今回は節分時期という事で鰯と鰯の三枚おろしに挑戦です。

「鰯の頭落とすの難しいな。」
「斜めに刃を入れるといいかも。」
「結構、力業だな。」
「内臓を出すってどうすんの?」
「内臓は水で洗い流すといいよ。」
「ここまで順調。いよいよ本番。」
「問題は中骨をどう取るかやね。」
身と中骨の間に刃を通すのですが、これがなかなか難しいです。
「あ、身が裂けた。」
「はい。」苦労様。
経験のある参加者に教わります。
「じゃあ、ここに切り込み入れてみて。そしたら骨に当たるから。」
「後はこんな感じですよーっと。」
「うまー!これが三枚おろし?」
「うん。身と骨と身で三枚。」
やり方はわかったので後は練習



あるのみです。繰り返し捌いていくと段々慣れてきて綺麗に三枚におろせるようになってきました。

しかし、鰯は鰯より処理する部位が多く大変でした。頭落とすのも硬いし、ゼイゴとか全然綺麗に取れません。でも、練習を重ねるとスイスイ処理出来るようになります。中骨に沿って包丁を入れるのはすごく気持ちよかったです。

○魚を捌いてみてどうでしたか?
・生活に活かせるかもと思いましたが、魚を捌くのは難しかったです。魚を捌くのは難しかったですが、やった甲斐はありました。
・最初は難しかったけど身と骨を綺麗に分ける事が出来て嬉しかったです。家でも魚を捌いて食べてみたい。
・なんとなく捌けるようになってきたので成功しよう!
・詳しい人に教わったからか、上手に出来たと思います。
・鰯は自宅でイメージトレーニングした通りにはできなかったけど、三匹目で慣れてきて四匹目からは上手く出来るようになりました。
・身の中を見ないで切っていくのは面白い。スパーで魚一匹丸々買うことも今後やっていきたいです。

せつかくの技術も使わなければ錆び付くぞ



ですよ〜

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。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お話を学べるから。

そういつく空気ならくするのかも

秋からコツコツと進めていた葉作りですが、参加者が増えるに連れて材質や技法、デザインなどを変えて様々な葉を作り出す長期企画に発展していきました。自分は不器用だと自覚していた方や、細かい作業を面倒くさがっていた方も切り絵の葉はなぜか続けることができていました。少しやってみると熱中できるものなのかも知れませんね。

細かい作業への挑戦がテーマだとか。



・・・ていうか、背景作品がすごい



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
「自分なりの社会参加の実現を考えたい」と望まれる方で次のうちひとつでも当てはまる方
◇6ヶ月程度、就労や訓練・試験勉強等から遠ざかっている自分を変えたい方
◇少人数の会話から話すことに慣れて自信を持ちたい方
◇行動範囲を広げるきっかけや家族以外の人と接点を持ちたいと望まれる方
※また、家族・親族のことでお悩みのある方もご相談いただけます。(ご予約下さい。)



開催時間：毎週木曜日13:00-15:00
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
✉ : wakagobou@yaops.jp
電話受付時間：10:00-17:00 (祝日除く月~金)

自分のペースで参加できます。



ウニもあまるよ

細かく、小さく、丁寧に刻もう

お吸いものや、シチューなどにちよつとした飾りを足せるといいなと思ひ、飾り切りを練習しました。大根の菊花・人參の梅花・胡瓜の松切り・ウィンナーの動物・かまぼこの三つ編みの作り方を調べて各自で取り組みました。まずは、下処理から。



大根をかつら剥きにするのですが、その段階で難しいです。「みんなどうやって切ってるんや？綺麗にできない。」
「大根より精神が削られる。」
どうにかできた不格好な大根に切れ目を入れてくるくる巻いて楊枝で刺せば出来上がりですがなかなか上手く刺せません。
人參の花形はまだマシでしたが、胡瓜の松切りはイメージで

は簡単にできましたが、実際は胡瓜が柔らかくポロポロと崩れて大変でした。安定して調理技術の高いメンバーも胡瓜の松切りに挑戦しましたが、「ぐちゃぐちゃー。」「…無理。」「ははは。いや、無理やつて。」「店長でも無理ですか。」「ダメでした。レシピがあるから、簡単にできると思っていました。細かい飾り切りは、そう簡単にいきませんでしたね。」

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

挫けても自分でやるしかない

通勤用自転車を買ったところ、お給料で自転車を買ったから返す約束で貸してもらったことになりました。わかごぼうでこの話をしたら、参加者の一人が長い間使わず倉庫に保管してある自転車をあげると言ってくれたのでもらうことにしました。しかし、最低でもパンク修理が必要で状態を見ながらわかごぼうで別の参加者から工具を借りて修理することになりました。自転車の輸送で一騒動ありましたが、どうにかわかごぼうまで運ぶことができて、ホッと胸をなでおろしました。

先にパンク修理の方法をパソコンで調べて自転車をくれた参加者と一緒に修理することになりました。「なにこの空気入れー圧力計ついてる。こんな初めて見た。」「すごいやつ持ってきたな。」「じゃあ、空気入れてみます。」「やはり、パンクしていました。バルブの空気漏れを確かめた結果、大丈夫だったのでタイヤからチューブを外します。」「初心者が出たら嫌なことになりませんよ。」「工業高校出やるーはい、こつちから剥がして。」「もうー無理。」「よう見ときや。こうしてこうや。」「おおーさすが経験者。」「もう自分の自転車やるーメイン作業は自分でやらなアカンで。」「その後も、厳しい指導が続き、タイヤからどうにかこうにかチューブを外して水を張った洗面器に入れました。泡が出たので、その部分にシールを貼り、穴を塞げば修理完了のはずですが、「のりは皮膚につけちゃダメやつて。」「じゃあ、紙にのりを出して…あー、皮膚についた皮膚についた。ひえー。」「シールを台紙から剥がす間にのりが乾いて失敗、シール貼れても空気漏れして失敗。寒さと挫折で折れた心を奮い立たせ三度目ようやく成功しました。反省点はまあ、乗れるようになったから良かったですが、修理場所からわかごぼうまで、その都度道具を取りに行っていたので、必要な道具を最初から確認して揃えておきたいと思いました。



味噌汁で知るお母さんの心

白菜と薄揚げと味噌があったので味噌汁を作ろうと思ひ、その場にいたお姉さま方に教えてもらいました。「だから包丁は先で切るんとかやうつて。」「そうそう。角度に気をつけて。」「そうちやうつて切り方。さっき言われたやん。」「教えてもらってもすぐに自分の切り方が出てしまふな。」「そ、そうですね。次は味噌を溶き入れる。え？溶き入れる？」「計量スプーンの味噌をおたまに入れてぐるぐるって溶くんよ。」「この量、全部入れるんですか？」「いや、入れるって決めたからその量やねんやろ？」「そ、そうでした。」「けど、白菜の量が多めやからその分の水を考えると味噌が足りないとと思う。」「ああ、もう詰んだ。」「早いな！思ってたより水が多かっただけやろ！」「その後も励ましてもらひ、味見を一〇回以上してようやく完成しました。」「初めて一人で作った味噌汁やな。」「悲しいなあ。この年になって。」「少しは主婦の大変さがわかったやろ。なあ？」「はあ、こんな難しい事、毎日やってんねんなあ。主婦は。」「そこはお母さんに感謝しとき。」「お母さんが味見なしてすぐ早く味噌汁を作れることがすごいと思いました。」



わかごぼう



来月は二〇分で挑む二〇種類のバルーンアート、一から作るスポーツ吹き矢大会、アレンジラムネ作りとラムネパズル&アート、豚汁に見る家庭文化研究などが予定されています。農園部では春夏作物栽培用の土作りと畝作り、種蒔きが計画されています。他にも、パソコン練習やボランティアもありますよ。行きたい時が参加時。最初の半歩がここにある。八尾市社会的居場所事業わかごぼう新規参加者募集中です。