

採れたて!!

わかごぼうのニュース

No.53

発行 2018年8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

お盆のお片付け 棚卸編

普段わかごぼうを利用して棚や冷蔵庫に物が多いと感じていました。お盆休みの機会に備品整理と在庫管理を行うためお片付けを提案したら何人か手伝ってくれることになりました。お盆つぱに箱や棚にまとめられているものを農園系、食料系、備品系のそれぞれを「よく使うもの」「たまに使うもの」「もう使わないもの」に分けて処分するものは処分して残すものは在庫の個数をチェックしてから整理整頓していきます。

大量に泥の付いた軍手や、作物の種の余り、賞味期限の過ぎた食材や調味料は処分判断が容易でしたが、今まで作った作品なんかは悩みました。これまでのわかごぼう利用者が作ってきたものや黒歴史のものなど、自分たちでは判断しづらいものが多く、話し合った末に写真に残して処分することにしました。残すものもアイテム名を一つ一つ書いていくだけでもかなりの量になり、地味な作業且つ根気がいるので非常に疲れました。三時間くらいかかってようやく片付け終わりました。

〇片付け終えて

私は途中から参加したのですが先の二人がなぜか帽子をかぶって鑑識課のマネをしながら片付けていたので、私も帽子をかぶって参戦しました。スプーンの本数を数えること、賞味期限の切れた半固形物の調味料をスプーンで掻き出すのが大変でした。まだ、処分できてないものが少し残っているので、無事に処分できればいいなと思えました。

・自分の部屋でさえ最近片付けていないのに…。
・暑い時期に行ったので疲労度的に五割増しに感じました。アイテム名をひたすら書いていくのが、やはり大変で、百を超えていたのでこんなにあるのかと思いました。



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ことを学べるから。

知恵と工夫が試される日

消費期限が近付いている食材を有効活用しようと考えた結果、たまご天ぷらを作ることになりました。材料はたまご、小麦粉、油だけというシンプルな料理です。家では用意するものが多いし、手間がかかるし面倒なんであまりしないのでちょうどいい機会です。やってみると冷凍たまごの殻剥きは手が冷たくなるし、爪の間に殻が入って痛いし、たまごの中身が溶けてベトベトになってイライラしました。

でも、いい感じに揚がったたまごの中身を確認するとトロツツといい具合に半熟になっていて、美味しそうやってみて良かったと思いました。

「うどんがあればなあ。」という声を聞いたので、急遽ラーメンを作りました。前回、うどん作りを見ていたので、そのノウハウは役に立ちました。かん水がなかったので重曹で代用しましたが、塩が少なかったのか香りは弱かったです。それでも、茹でているときは良い匂いでした。味も美味しかったです。



スープはうどん出汁です。

黄いろそば 素敵やん

☆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。

八尾市社会的居場所事業
わかごぼうに
来ませんか?
自分のペースで参加できます。

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)

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

ウニもめるよ

この機を逃してはならない

気温の上昇を待つて種を蒔いたダイズが発芽してから一ヶ月が経ちました。

双葉から本葉になり成長に合わせた土寄せを行うため日程を組んでいたのですが、雨で延期が続くうちにダイズの葉が茂り、花が咲いてきました。

ダイズの根元の土が幾度の雨で流されてしまい、これ以上大きくになると自重を支えられなくなるかもしれない。これ以上は延期できないタイミングで今度は酷暑が続きます。今年には本当に天候の巡り合わせが悪いのです。そうは言ってもやらないわけにはいかないので意を決して畑に土を運び入れました。



太陽が燦爛と照り付ける中、メンバー三人で畑に行き、農作物に培養土を盛ってきました。作業自体は簡単ですが額から汗が流れ、体も汗でベトベトになります。汗の上に汗をかかなく、作業をしているとふと汗をかかなくなってきた、これはまずいと思い水分補給をしました。夏の暑さが体に悪い暑さになっていました。

○作業を終えて：

暑い中での作業で大変でしたが手分けしてテキパキと動き、気付いたら終わった状態でした。体を動かすのは好きで太陽に体が焼かれているのが作業している感が出て苦痛には感じず自分にとっては楽しい畑作業でした。誰も倒れることなく無事に終わってよかった。畑に日陰はないので陽射しは痛いくらいだった。相当日焼けしたのでお風呂が痛そうです。

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

落ち着いて急げー連鎖移植

予定していたシヨウウガが全滅して空き地になった場所をナスの移植先として再利用することが決まりました。そして、ナスの移植後もまた場所が空くので、隣のアンノウイモ畝と統合して量産化することになりました。まだ、それぞれ苗が移植に耐えられる大きさになっていないので、もう少ししてから同時期に移植する計画を立てました。

ところが、最近あまり体によるしくない天候が続いていて危険なので天候が落ち着くまで待っていました。そうこうしているうちにナスとアンノウイモ、それぞれ苗が育ってしまったので、悪天候への対策を講じたうえで移植作業を行うことにしました。

気温がとても高いのでモタモタしていると危険です。極力短時間で手際よく作業を行うためにはどうすればいいか？作業の流れをきちんと把握しておくことが大事だと思いました。

畑に出る前にナスの移植方法とアンノウイモの株分け方法についてレクチャーを受けて、作業手順や移植先の場所決めなどを話し合いました。

畑に着くとナスの移植先四ヶ所の穴を掘りました。次に苗を掘り起こし、絡まっている四株の根を分けてすぐに移植先へ苗を入れて土をかぶせればナスの移植は完了です。

レクチャーでは確か五本だと伺っていましたが「五本あるはずの苗が四本？残り一本はどこへ？」と思い探しましたが見つかりませんでした。

アンノウイモは計画通りに伸びている蔓をカッターで切り分けます。根が出ている蔓二本と根は出ていないけど長い蔓を二本に分けた蔓をそれぞれ西向きに斜め植えにしました。最後にたっぷり水をあげました。

アンノウイモはちゃんと根が付くかどうかちょっと心配です。ナスもアンノウイモも大きな実がつかますように。



気持ち少しでも楽になるように

八尾市では毎月第四土曜日に生涯学習センターがやきで「ひきこもり・不登校を考える会」が行われています。

今回は「ひきこもり・不登校の体験者に話を聞く」というテーマで、子どものひきこもり・不登校に悩んでいる親御さんの気持ちが少しでも楽になるようにと思いで当事者として参加してきました。

開催日前日辺りから台風が近づいてきていたので参加者は集まるのかなと思いましたが、お話を聞きに来られた親御さんも体験談を話しに来られたひきこもり・不登校の体験者も多く、親御さんの質問や悩みに緊張の中、自分の体験談や当時こう思った事や感じた事などをお話してきました。

ですが大人数の質疑応答には自分は不慣れなところがあり、思ったことをどう表現しようかと考えているうちに次々と話題が変わっていき、中々会話に入っていけませんでした。

大人数での話はより多くの色々な意見が出るので良かったですが、自分個人としては少人数での話を将来的にしてみたいなと思いました。

これからの

わかごぼう



来月は夏バテ解消に向けて酢の物作りや足つば押しなど健康を意識した企画や、ワイヤークセサリー、ユニット折り紙などの長期企画の開始を予定しています。また、畑ではナスの収穫が期待できそうです。夕涼みがてらの「これからテーマトーク」で親睦を深めたり、カフェに出かけたりもありそうです。

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。社会的居場所事業わかごぼう新規参加者募集中です。