

採れたて!!

# わかごぼうのニュース

No.92

発行 2021年11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

## 農園作業をリモート化?

秋晴れの日、冬作物の種まき時期がギリギリになってきたので種まきをする事にしました。今回は、足が不自由なため農園まで行けない参加者を、どうすれば協力して一緒に農作業が出来るかを考えた所、今では当たり前となりつつある「オンライン会議ツール」を使えば、居場所においても、まるで一緒に農園にいるかのように農作業が出来るのではと考え、試してみることにしました。

用意したのは「ZOOM」というオンライン会議ツールと、冬に収穫できる、ルッコラ・ほうれん草・赤丸はつかの三つと、来年の春に収穫出来るスナップエンドウの種を用意しました。此処でスタツフに妙案が、種が入っている袋には種の時き方が書いてあります。予定では、スタツフが現場で袋に書いてある種の時き方を見ながら時き姿の映像を居場所側に届けるという予定でしたが、それでは参加している感覚が無いのではと思い、袋と種を分けて、農園には種だけを持って行き、袋に書いてある種の時き方を遠隔で指示

してもらい、ロボット役のスタツフが指示を受け種を蒔く。この方が協力的で、なおかつ意思伝達ゲーム要素もあり楽しいのではと思いき、急遽予定を変更しました。スタツフが農園までの道のりをLIVE配信しながら歩きます。農園に着いたところで、居場所メンバーに種の植え方の指示を仰ぎます。

### ●指示役視点

種まき役の人が畑に着き、指示を仰がれたので種の時き方を指示しようとする、向こうの音声はクリアに聞こえるのに、どうも畑の方にはこちらの音声が聞き取りづらいようでした。どうやらPC内蔵のマイクの質が悪いようです。悪条件の中、少しでも畑チームに伝わるように言葉を選ぼうとしましたが、タネの入っていた袋の説明文が使われている漢字に読み慣れないものがあったり、文章も簡素化されていて、どこをどう読んだらいいかわからなくて、一緒にいるスタツフの人に手伝ってもらいながら何とか伝えました。種を無事に蒔き終わって、たっぷり水をあげたら後は芽が出るのを待つばかりです。



リモート中



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。



スナップエンドウ



ほうれん草



ラディッシュ



ルッコラ



### ☆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。



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  
✉ : wakagobou@yaops.jp  
電話受付時間：9:00-17:00 (祝日除く月～金)

ウニもめるよ

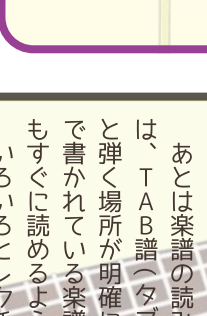
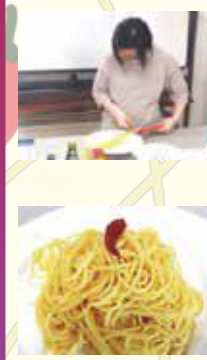
# 危険な香りがする危険な香りが…

今回は、農園で収穫した鷹の爪を使い「アリオ・アリオ・ペロンチーノ」を作りたいと思います。アリオはニンニクでオリオはオリブオイルを意味し、ペロンチーノはトウガラシを意味するそうです。

なので正式名称は「スパゲツティ・アリオ・アリオ・ペロンチーノ」というとても長い名前です。イタリアでもペロンチーノをくださいと言っても通じないので注意してください。

この料理、本場イタリアでは料理としてカテゴリー分けされていないほど、簡単に作れるものらしいです。日本でいうところのおにぎり？みたいなものでしょうか。

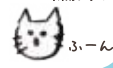
それはさておき、調理に掛かります。レシピを見ると、確かにシンプルでニンニクと鷹の爪をオリブオイルで香りを移し



て、オイルとゆで汁を混ぜてソースを作り、茹でたパスタにソースを絡めたら出来上がり。  
手順がシンプルなので、ハブニングの調理企画としては非常に早く出来上がりました。唯一手こずったのは、パスタを百グラム計ることでした。袋からパスタが飛び出て机の上に散らばる場面は久しぶりに調理企画をしているなと感じました。後は食べるだけ。一口食べた途端、辛いを通りこして痛いほどの刺激が口内と喉を襲いました。どうやら、オイルに辛味を移し過ぎたのか、ソースがべらぼうに辛く、今回作ったペロンチーノは罰ゲーム仕様のペロンチーノでした。

# 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

# 楽器を弾く楽しさ

皆さんは、去年話題になりました「おうち時間」で、どんなおうちでの過ごし方を見つけたでしょうか。映画を見る。読書をする。ゲームをする。はたまた、オンライン飲み会など新しい生活スタイルを見つけた方もいるでしょう。

今回は、そんな去年の「おうち時間」でわかごぼうスタッフが、新たな趣味の開拓を目指し、楽器を買うも一か月やそこらで触らなくなった「ウクレレ」を使い、わかごぼうのメンバー達と好きな曲を弾けるまで頑張ってみて記録です。

一目、ウクレレを触ったことのないメンバーにスタッフがウクレレの持ち方を教えながら、一番最初に大切なチューニングの仕方を教えました。特にウクレレは弦がすぐに緩むので、毎回チューニングを合わせないとともに弾けないのです。チューニングが終わったら、弦の押さえ方や弾き方をレクチャーしました。メンバーは意外とすんなり覚えていましたね。

あとは楽譜の読み方です。ウクレレで使う楽譜は、TAB譜(タブ譜)と言い、弦を押さえる場所と弾く場所が明確に書かれているため、音符だけで書かれている楽譜に比べると比較的、初心者でもすぐに読めるようになります。

いろいろとレクチャーしましたが、一回で覚えきれないわけでもないで、とりあえず一曲弾いてみることにしました。弾いてみるのは「さらさら星」です。

いざやり始めると、ピアノ経験のあるメンバーにとっては、馴染みのない楽譜がとも分かりづらくて、難しく感じたようです。それと同時に弦を押さえる左手の動かし方が難しいようで、コードの切り替えが上手く出来ず、音が詰まったり伸びたりと変になってしまっのが悔しかったのが、納得がいくまで繰り返し弾いていました。

そうして練習するうちに時間になり、最後に一曲通して弾いてもらいました。初めよりスムーズで綺麗な旋律が流れました。次回は、もう少し難易度を上げてチャレンジの予定です。

# ある日のわかごぼう

実施していたコンテンツが、予想よりも早く終わり、少し空き時間が出来ました。

そこで、過去スタッフが計画立案していた、アニソントロクイズを行う事に。

出題されたアニソントロクイズを聞きながら、「あ〜曲名は出てくるけどアニメのタイトルわからん」「なにこの曲？全くわからん」等、やいのやいのしていたのですが、ふと、わかごぼうメンバーが黙ったままにいるのを見つけた。「この曲わかる？」と振ってみたところ、「わたし、2018年以降のアニメソングしか分からないです」と驚愕の一言が。

よく考えれば、それもそのはず、スタッフの年齢は二十代後半、アニメ好きとはいえメンバーの年齢は二十代になってまもない年頃。2000年代のアニメが分からないのは当然だったのです。

その事実にはスタッフの心には若干の擦り傷が出来ながらも、出題するアニソンを2010年代後半に絞り、再度イントロクイズを行いました。

そうすると今度はメンバーがわかるアニソンが、スタッフに分からないという逆転構造に…。

なんともかみ合わない、アニソントロクイズでしたが、皆、アニメ好きなので大変盛り上がりました。

# わかごぼう



これからのわかごぼう  
十月に緊急事態宣言が解除されてから約1ヶ月。ワクチンの効果が、はたまた国民一人一人の努力の成果か、新規感染者はどんどん減少しています。それでも、気を緩めず感染対策を行いながら、わかごぼうの活動をしていきたいと思えます。来月は約半年ぶりの外出イベントを予定しています。

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。社会的居場所わかごぼう新規参加者募集中です。