

採れたて!!

わかごぼうのニュース

No.45

発行 2017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

それなら全部まとめてオードブル

いくつかのパーティーメニューとおせちの発想、今年を使う機会がなかった燻製器の使い方継承も兼ねてオードブルにまとめるとにしました。お皿に乗せられる品は七品ですが、材料的に作れそうな簡単メニューのレシピをホワイトボードに十種類書き出して参加者が時間と調理道具の配分、自分のポジションと他の参加者との兼ね合いからメニューを選択して目標時間までの完成を目指しました。



・自分はフライドポテトと唐揚げを作りました。コンセプト的に品数と量が多いので自分は主となるのではなく遊撃手として色んな作業に顔を出し少しずつ手伝いました。

・私は冷凍ポテトからフライドポテトとめんたいポテトサラダを作りました。冷凍ポテトは一度、素揚げされているので、少し漬しにくかったです。フライドポテトは一手間加えて作りました。
・今日は唐揚げを作りに来ました。遅刻してしまつて、すみませんでした。唐揚げは初めて作るのので、うまく作れるか心配でしたが作れました。ちよつと味が濃かつたですけど。それとメレンゲたまごかけご飯を作りました。たまごの白身をメレンゲにするのは、すごく疲れました。出来た感想は普通のためまごかけご飯でええやんて感じでした。
・チキンピカタに初挑戦。鶏肉を薄く切つて塩胡椒を振り小麦粉をまぶして卵をつけて焼く。これだけですがあつさりして美味しかった。
・スモークチキン&ベーコンは煙が少なくて九十分ではできなかった。香りはいい感じでした。
・オードブルの盛り付けをやつてみましたが、ケチャップやミニトマトなど赤色があればもっと彩り鮮やかにできたのと思いました。

鶏肉と卵..... (いや、考えすぎか?)



観察日記を見てみると



・大きいカブは成長が遅くまだまだかかりそう。小さいカブは成長著しく移植する時期が近そうです。レタスは葉っぱが厚みを増してきました。・久々に農園に来た感想はネギ!でした。あらゆる所にネギが生えていた為、他の作物の印象があまり残っていません。ネギの生命力恐るべし。
・大きいカブが徐々にですが育っています。小さいカブは順調に成長しています。レタスはまだまだ小さいです。
・レタスが大きくなって株分けできそうです。小さいカブも株分けや整理する段階になりました。大きいカブは葉っぱの食べられ具合がすごいです。

人によって評価が違うね。
価値基準が違うからな

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。



☆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。)

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)

ウニもめる

困ってる感じには敏感です

弟に「勉強できへんくせにー！」って言われたんですよ。ムツと思たんですが確かにそうなんです。特に英語が全然ダメで…。

勉強して弟を見返してやりたいんですけど、英語つてやっぱり出来た方がいいんでしょうか？

「んー、どうかな。学力テストと話すのでは全然違うし。」

「話せるなら話せた方がいい。」

「言語の壁ははずれ無くなる。」

「最近スマホが代わりにしゃべってくれたりするもんなあ。」

「英語を使う場面が一番ありそうなのは道を聞かれるとき。」

「確かにそうかもですね。」

「英語は所詮ツール。それならどうして自分が道を聞かれるのかを考えた方がいい。」

「じゃあ、自分よく道を尋ねられると思う人、手を挙げて。八人全員が挙手しました。」

「え？全員で。どうして？」

「あれが、暖かそうな良い人オーラが出てるとか？」「自分で言う？」

「割と、とっつきにくいとか言われるんですけどね。」

「いや、その逆で全然ヤバそうな感じがしないんじゃないの？」

「というか、自分から困ってそうなる人を見つけてしまっていると思う。」

「パツと見てなんか困ってそうやなうてのがわかるから。そうするとその人がこちらに気付くより先に目で追ってたりすることになる。」

「あーそうか。迷っている時に目が合ったらその人に聞こうってなるよね。」

「自分の場合は、わざわざイヤホン外して近付いて行っている。」

「あははは。なんやそれ。それで道聞かれんかったらどうすんの？」

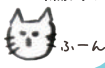
「そのままスルーしてる。」

「スタスタ去って行くわけやな。」

困ってる感じにはみんな敏感です。困ってる人の力になりたい時に英語が話せれば心強いですが、出来なくともやれることはあると思います。

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

移植作業と収穫時期の謎

作物収穫後の空いた畝の整備が天候不順で順延していましたが、これ以上は気温が下がり過ぎて悪影響が出るという事で、葉物野菜の株間整理と移植作業を行いました。幸い、小カブとロメインレタスはある程度の大きさまで成長しています。さて、それぞれの立場で参加していかげでしたか？

自分は説明係で参加しました。空き畝の天地返しをサツサと済ませて移植作業未体験の参加者にやり方を説明しました。前回の体験から頭ではわかっているのですが説明がうまくできず、上手に伝わらないことにもやめました。

私は撮影係で参加しました。株が傾かないように移植するのは難しそうだと感じました。気温も寒い中での作業でしたので作業している方たちはお疲れ様と思いました。

僕は移植係でした。小カブとロメインレタスの苗を移植しました。腰がとても痛かったです。

しばらくしてから移植の定着具合の確認と追肥を行いました。ロメインレタスと小カブは移植から四日経過して枯れるものはないので現状うまくいっていると思います。



サトウキビは七十年ほど前に八尾でも植えたようで、農園の側道を散歩しているおじいさんとおばあさんが、子どもの頃の懐かしい気持ちで話を聞かせてくれました。

その頃は砂糖が貴重だったのでサトウキビがやつ替わりだったとか。ただ、どうも収穫時期の記憶があいまいでおじいさんは夏だったと話されるし、おばあさんは冬だったと話されていました。サトウキビの収穫についてパソコンで調べてみると冬にならないと糖度が上がらないという情報や、越冬して成長を続けるといった情報を得ました。なるほど、おじいさんもおばあさんも両方も正しかったんだなと思いました。

六日間を耐え抜いて

家電を揃えようとしてサイクルショップに行きました。一緒に来てくれた居場所の仲間が家電に詳しいので頼りになります。冷蔵庫は以前の使用者の痕跡が目立たない無難なもの、ガスコンロは面倒くさがりなので、グリルが水不要の両面焼きタイプ、洗濯機は年式の新しい謎メーカー品を選びました。最後に電子レンジですが、「一人暮らしなら六百ワットもあれば十分ですよ。」という仲間のアドバイスに従いオープン機能付きの六百ワット電子レンジを選びました。

こうして、新生活に必要な家電一式を揃えることが出来たのですが、配送がまさかの六日後でした…。つまり僕は六日間を家電なしで過ごすなければならなくなつたのです。まあ、仕方ありません。

さて、六日間家電なしの生活をして一番困つたのが洗濯でした。食事に関しては、スーパーやコンビニで弁当か総菜を購入すれば良いのですが、洗濯物は洗わないと溜まっていきます。仕方なく、六日間だけ実家で洗濯してもらうことにしました。早朝に実家へ洗濯物を持っていき、職業訓練に通ってから夕方に受け取り新居に運ぶという毎日でした。衣類は思ったより重く、新居に帰る頃にはヘトヘトでした。後日、届いた洗濯機の素晴らしさは一言で言い表せませんでしたよ。

これからのわかごぼう



来月のわかごぼうでは、冬野菜の収穫と新キャラクターのデザインコンペ、年の初めにこれからを考える会の開催やテーマ別新年会、地域イベントでのドリンクサーブス参加などが予定されています。他にも趣味全開のカフェイベントにテーブルゲーム、テーマトークやボランティア活動もありますよ。

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。