

採れたて!!

わかごぼう

No.49

その手で幸せを掴み取れ

初めての米粉を使ったロールケーキに挑戦しました。テーマは「春うしさ」。そのためにはどうしたらいいか?色々な案が出ましたが、最終的には生クリーミンに桜パウダーを混ぜて桜の花びらで飾ることになりました。

「桜の花が散って地面に落ちる前に掴めたら幸せになれるらしいよ。」そう聞いてしまふたくなります。と言つても掴み取るわけにはいかないので、桜の木の下で風を待ちました。

ダッシュしたら、根に足を取られてするーんと綺麗に一回転。気付いたら空を見上げていました。一瞬のことで何が起つたのか、たぶん転んだらどうけど体はどこも痛くない。桜を追うこと集中していたので余計な体の力みがなく五点着地のように綺麗にこけたのでしよう。幸せはそんなに簡単に掴めそんもなく、仕方ないので落した花弁を洗つて使うことにしました。

スポンジは卵を別だてで作りました。中の空気を出来るだけ残せるように混ぜ合わせるところが一番さじ加減が難しいところでした。天板に流し入れてみると、生地がみたりしました。その為、生地の表面がボコボコに焼きあがつてしまつて失敗だったなど反省しました。タコ糸で切るやり方は包丁であれば、切断面も、もう少し綺麗に仕上がったかなと思いました。

発行 2018年4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

ジャマヲシテ…!
幸せ喰姫めいたい
ガル



わかごぼう

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学べるから。

ウラもあるよ

天然色で染めてみよう

野菜を使った草木染でイースターイーツに挑戦しました。赤、青、黄の基本三原色あれば何色でもできること思い、それぞれビーツ・紫キヤベツ・鬱金で作る予定でしたが時期的にビーツが入手できず、代用として紅蓼を使ってみることにしました。前例がないので不安でしたが、ちゃんと赤い染色液になりました。野菜で作った染色液はどれも色鮮やかでおいしそうです。ゆで卵にシールで模様付けをして、染色液に浸す時に触れた指が少し染まりました。染色力強いですね。特に鬱金は金属すら染めることにびっくりしました。



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

☆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、どうしたらいいかわからない。
そんなあなたに応えるための社会的居場所です。

お問い合わせ&参加申込み

電話：072-992-6921

E-mail : 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。

八尾市社会的居場所事業
わかごぼう

わかごぼうに
来ませんか?



久しぶりに乗つてみたら。。。。

長い間、家に置きっぱなしのスケートボードがあるので、暖かくなってきたし、ちょっとみんなで体を動かしてみた。

普通に乗るだけじゃなく、いくつかトリック決められたらいいな。でも、サポート一が要りは難しいからしばらく自由に練習できるようにスケートボードをわかごぼうに置いておくことにした。

子どもの時ちょうどだけやつたことがあつたが今はやれる気がしないと言い続けたのにやりました。何十年ぶりかのスケボーはめっちゃ怖かったです。けがしたくないと体重が昔と全然違うことで怖さしかなかつたです。普段使ってないであろう筋肉がブルブルします。

・足の幅が思いのほか広く、スケートではしにくくバランスも中々思つたように出来ませんでした。重心を取りためにバランスを取ろうにも、中々定まらなくて前にこけていきそくなつてヒヤツとした思いをしました。実際やってみてズレすにすべては難しいなと感じました。

一応、ルートを調べたのですが地図上では道が途中までしかなく山の上の建物に行けるのかがわかりません。途切れた道から建物までは直線距離で八百メートルほどでした。「ここで、参加者の一人がいきなり「山を舐めてはいけない」と強く主張始めました。「たかだか八百メートルと言つても、山を舐めてはいけない。ちょっと道を逸れると迷つてしまい一気に心細くなる。もう一度言う、山を舐めてはいけない。」いつもは軽率な言動の多い彼女ですがこの時ばかりは真剣な表情でした。

でも、個人ブログで登つたことがあるという記事を見つけ、「登つた人がいるなら登れるやろ」と開催日程の調整に入りました。それぞれ候補日を挙げて、一番候補日の少ない人に合わせて開催日を決定しました。

ところが、開催日直前になつてその日に通院予約が入つていたことが発覚しました。「うつかり忘れていた」らしいですが、与える影響はうつかりではなくハイキングになつてしまふし、でさるだけたくさんの人と行きたい。でも、日程の再調整を行えば変更前のスケジュールで参加するはずだった人が参加できなくなるかも知れない。今から参加予定者全員に連絡が取れるか?たぶん無理。といふか再調整するにしても候補日を上げないと連絡取れても判断しようがない。実施日まで時間がないので今決断するしかない。くそーなぜ自分が苦しい立場に?。でも、今の状況を知っているのも自分だけ。なら、早めに対処しないと。

○スケボーに乗つてみて

このタイミングでそれを書つか



わかごぼうから東に見える山の上にボタンとチエスのパークに似た建物があり、そこ気になるなあということでおもてなしで行つてみることにしました。

その建物まで行つてみると、実際に見えてるし、ちょっと見に行くつて、敵を作り直すことにしました。まずは、畑全体の完成形をイメージするとここのからで

ス。ナス以外の作物はもう少し後で種蒔きをするのですが、日照条件や畠幅、道幅、株間の距離などを考えて位置取りを決めていきます。寸法計測は今しかできないので間違えないように。

雨上がりの後の土は湿り気があつて、天地返しには丁度良い感じになつてた。何度もやり直して、敵を作り直すことにしました。まずはテラソさんはテキパキちやつちやと終えていたけど、僕は手順を確認しながら慎重に掘り返した。すると、土の中に元気のないミニミニベが数匹眠っていた。ミニズガ土の質のバロメーターなら朱養が足りてるか心配だ。スコップ使いには腰が肝心! そう教わって意識するとコツがわかつた。でも、靴はどうやっても汚れる。

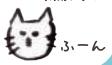
ナスを植えるために二畝ほど天地返しをして、敵を作り直すことにしました。まずは、

畑全体の完成形をイメージするとここのからで



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

これからのわかごぼう



来月は畠で残りの畠作りと残りの種蒔き、いいよいよ本番のピクニック、ガレットを活用したメニュー作り等を予定しています。

他にも、ラティアートへの挑戦や中核市になつた八尾市についての勉強会、軽めの運動なども提案されています。もちろん、いつも通りのボランティア活動もありますよ。

みんな似ている。ひとりはよくない。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。



美味しくてピッグに育つように一粒ずつ思
いを込めて種を蒔いた。水をかけながら
「おおきくなれ」と言つていたので良い感じ
に育つと思う。二十日後にちゃんと芽が出た。



ナスを植えるために二畝ほど天地返しをして、敵を作り直すことにしました。まずは、畠全体の完成形をイメージするとここのからで



ナス以外の作物はもう少し後で種蒔きをするのですが、日照条件や畠幅、道幅、株間の距離などを考えて位置取りを決めていきます。寸法計測は今しかできないので間違えないように。

ピッグなナスを育てるために

