

探れたて!!

# わかごぼうのニュース

No.61

発行 2019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

## いろいろ巡るう街中ハイキング

今回の企画は難波から日本橋、天王寺までの道のりを色んなスポットを巡りながら歩く街中ハイキングです。実は企画決定から開催まで時間が足りず、各スポットやそこでやる事などの計画が十分に練れていませんでした。ですので、出発地点の難波で当日に行われるイベント情報や参加者の希望スポット情報を持ち寄りその場で決めてゴールの天王寺を目指して歩くスケジュールになりました。

そして、開催当日。まず駅での集合時間になっても何人かの参加予定者が見当たりません。取りあえず集まったメンバーで予定より一本早い電車に乗りました。(後にギリギリまで迷ったので当日キャンセルや、集合時間ではなく予定乗車時間に合わせて行動していたメンバーがいたことがわかりました。)更に元々、仕事終わりに難波で合流する予定だったメンバーも予定通りの行動にはならず、買い物と通路の混雑で移動に時間がかかりました。「近くにいるのですね、すぐに行きます。」と連絡があつてから二十分くらい現れなかったので、「何かあったのか?」と随分心配しましたが、当の本人は少しだけ待たせてしまったという感覚だったので、「まあ無事だったし、いいか。」ってなりました。ようやく難波で参加者全員が合流できましたが、この時点で予定時刻から大幅に遅れ込んでいました。



巡るスポット

はその場で「小籠包専門店に行きたい」「おすすめのクレープ屋を紹介したい」「明日受ける講習会会場の下見に行きたい」「日本橋ストリートフェスタに行きたい」の四案が提示され、一番近い「クレープ屋さん」から巡ることになりました。これは無難に達成できてクレープを食べたメンバーが「美味しい。」と言ってくれたのでオススメして良かったです。次に「講習会会場の下見」へ向かいます。「グラランドビル」の四階というところで訪ねてみるとそこは「ハローワーク」でした。「講習ってハローワークですか?」と全員が不思議がっているとグラランドビルというところがわかります。もう一つのグラランドビルまでは結構距離があったので、ついでにスタッフさんから事件現場となったスポットなどを紹介してもらいながら歩きました。すると、突然メンバーの一人が大慌て。よく見ると、「小籠包専門店」を通り過ぎていました。こんなところに運ぶよあるとは思っていませんでした。他の全員が気付いていませんでした。「焼き小籠包」を買って、近くの公園でいただきます。熱々のを頬張ると肉汁がジュワッと飛び出してすごく熱い!その後

肉の旨みとパリッとした皮の食感があり、非常に美味しかったです。でも、食べたメンバーはあまりの熱さに全員のうち回っていました。そのまま、「日本橋ストリートフェスタ」へ。本気コスプレ、ネタコスプレ、目の前を次々に通っていく色んなキャラクターに「あのキャラ知ってる!」「あのキャラの名前なんやろ?」とワイワイとみんな盛り上がり楽しめました。



きゅ、窮屈でござる!  
メタボは愛せるでござる~♪

## 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。



その後上町台地を登り、歴史スポットや大阪市立美術館を通って天王寺の芝生広場でゴールする頃には、かなり口数も少なくなっていました。

○無事にゴールまでたどり着いて  
今回、参加して僕の知らない場所がほとんどで、看板や店の色彩などから絵柄やデザインに刺激を受けることができて楽しかったです。  
今回のイベントはランダム性があり、楽しめましたが企画としては大反省でした。「どこに行くのか、その場所を何をするのかしっかりと練っておかないと。」とイベント企画側として再々再認識するイベントでした。スマホ見たら一万七千歩ぐらいは歩いていたので、帰りは脚が痛かったです。とは言え普段こんなに歩く事もなく楽しい出来事も多かったため、心地よい疲労でした。



## ☆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

# ドキドキわくわく悪魔風チキン

スタッフさんが話していた悪魔風チキン。とてもインパクトのある響きです。なんでも調理の過程が悪魔的らしくて、どんな料理なのか興味を沸かせてきました。完成イメージを話し合った結果、赤い丸鶏、辛みの強いグリルチキン、エスニックなチキンの三種類を作ってみることにしました。



丸鶏は解凍後、お腹に切れ目を入れてから手足を広げます。ビニール袋に入れて塩麹で味を付け、パプリカ色素で赤色を付けるのですが意外と大きくて重たいので袋に入れるのも一苦労です。次に胸肉にフォークで穴を開けてサンバルを塗り込み、

こちらにもビニール袋に入れて味を浸透させます。最後にエスニックなチキンですが、こちらはチキンよりも付け合わせの温野菜やトッピングする野菜を細かく刻んだり、様々な調味料をブレンドして最後に回しかけるソース作りがメインでした。今回はこれまで使ったことのない調味料がいくつもありました。ナンプラーやサンバルですが、独特の強い香りや刺激臭があつて最初は気にならずにいたのですが、だんだんと気になりだしました。そのうちに喉が咽きてしんどかったです。少し焦げたけど、初めて見る丸鶏のグリルに思わず「おお〜」と感動。食べてみるとスパイスが効いてピリ辛で美味しい。体も温まりお腹もいっぱいになる一石二鳥の料理だと思いました。エスニック風は甘辛くご飯が欲しくなります。サンバルは辛さが苦手な人には厳しい辛さでしたが、こちらも美味しかったです。

# 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

# 緑地公園でピクニックしよう

来月以降の企画で使う植物の写真撮影と春のピクニックを兼ねて鶴見緑地公園へ行くことになりました。珍しく誰も遅れることなく集合できたので、これは大成功の予感がします。

目的の地までは電車移動です。切符をまとめて私を買うことになりました。切符買うなんて何年ぶりかわかりません。まとめ買いボタンで大人四人分くらい選択出来たら、もつと楽に買えるのにと券売機にイライラしていたら、切符を買い間違えてテンパりました。初めて呼び出しボタンを使って、駅員さんに払い戻しをお願いしました。電車内でみんなで使うレジャーシートを誰が持つかで座っている私が集中指名を受け、全力で拒否していたらお隣に座っていた参加者が嫌な顔一つせず持ち、人間力の違いを思い知らされました。

鶴見緑地公園に着いて園内地図を見ながら何処から回るか打ち合わせして、時計回りに歩いてみることにしました。花の谷（咲いてなかったけど）を抜けて、大きな池と綺麗な桜が楽しめる広場に出たので、ここでレジャーシートを拡げてランチタイムにしました。お弁当は各自持ちよりです。コンビニ弁当、炒飯と卵焼き弁当、サンドイッチと唐揚げなどみんなで交換しながら食べました。

ランチの後はきのこの形のベンチが並ぶ通りを抜けて大池越しに風車やアジア感満載の建造物の写真を撮ったりしながら植物園へ向かいました。途中でヘビを散歩させておじいさんに出会いました。「写真撮っても良いよ。」と言ってもらえたので、恐る恐る首に巻いて写真を撮りました。圧倒的に女性の方が写真撮る人多いそうです。ヘビの体は冷んやりして滑らかでプリプリしていました。力を強めるとおかしな方向にヘビが動くので、力加減が大変でした。噛まれないか不安でしたが、何にもなくてよかったです。(次号につづく)



# 久しぶりの駄菓子屋さん

最後に訪れたのはいつだったか。小学生のころ、遠足のお菓子をかうのは、いつも近くの駄菓子屋さんだった。食料品や日用品も置いていたので駄菓子屋だけのお菓子売り場は小さく種類も少なかったが、それでも三百円分「あれにしようかな、これにしようかな？」と考えるながら買っていたと思う。近所にコンビニができて、自転車ですぐのスーパーまで行ける様になるといつしか、駄菓子屋さんを訪れることが無くなった。

今回の緑地公園企画で、昔行っていた駄菓子屋さんに行ってみようと思いついた。また経営していることは知っていた。思いついてから一週間、行くタイミングは何度もあったが、なぜか緊張して行けなかった。やっと行けたのが実施前日で、店に入ると懐かしい匂いがした。お菓子の種類は更に減っていたが、自分の好きなお菓子は変わらずあった。お菓子を選んでレジに行くとき、少しお年を重ねられたなと感じる店主のおばあちゃんが「いらっしやい。」と言いながらレジに通していく。お菓子を袋に入れて「ありがとう。」と何度も言われながら店を出た。「もしかして自分のことを覚えてくれている？」などと考えながら帰宅した。きつとあの場所は近い将来無くなってしまっただろう。でも、自分の心にはしっかりと記憶されていることを感じた。

# わかごぼう



来月は順当に行けば、農園の春夏作物が発芽して最初の手入れを行ないます。お手軽な蒸しパンやギョー作り、いずれやってみたいと思っていたハーバリウムや水彩画にも挑戦します。他にも本好きが多いので大型書店や図書館巡りも楽しそうです。もちろん、ボランティアやテマートークもありますよ。

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。