



H19年11月アトリエ虹便り



10月の主な足跡

10/4 ボーリング

○久しぶりのボーリングです。2ゲームしました。
 「ボーリング場が落ち着いた雰囲気だった。」「楽しかった。」
 「玉が真ん中になかなくても、ピンアクションでよく倒れた。」
 ストライクやスペアが出ると、みんなで拍手とハイタッチ。
 ゲームが終わる頃には全員和気あいあいとしていました。
 「またやりたいね。」「もう少し安いといいのにね。」



10/9 焼きうどんとりんごのコンポート

○ゆでめんの上に炒めた具をのせて、混ぜながら食べました。具の材料は、ぶた肉、ちくわ、かまぼこ、もやし、しめじ、ピーマン、ニラなどです。さっぱりとしておいしかったね。
 りんごのコンポートは、コーヒーの粉末、砂糖、水を入れて煮た鍋に紅玉を入れ、30分煮てから冷やし、生クリームをかけたら素敵なデザートに。

「コーヒーを入れるのは初めてです。大人の味ですね。」

10/12 カラオケ

○安眠棒、1000年の誓い、姫ちゃんのリボン、愛のうた、愛しのナポリタン、青い蝶、ACTION ZERO ダイジョーブ REPLAY 空も飛べるはず・・・
 熱唱した歌の数々です。皆さんどれだけ知っていますか？今日はアトリエカラオケメンバーの中でも一番のカラオケ好きのK君がいろいろ聞いたことの無い曲を披露してくれました。一曲30秒ぐらいの歌で「桜道3」「桜道2」は全員初めて聞き、おおいに盛り上がりました。



10/16 ゴーヤチャンプルー、肉じゃが、さつまいもの茎の炒め。

「苦味には弱いのですが、ゴーヤチャンプルーは美味しかったです。」

「さつまいもの茎は初めて食べました。初体験。はたけから取ってきたばかりの茎でとても柔らかかったです。油で炒めて、こしょう、塩で味付けしました。」

10/23 たらこスパゲティ、肉巻きなすの旨煮

○新鮮なたらこでたらこスパゲティを作りました。レシピの中のマヨネーズを豆乳に変えてみました。「たらこスパゲティの組み合わせは病みつきになりそうです。」
 「アトリエで作る料理はいちから作るの美味しいし、新しい発見があります。」

復活！金曜布ぞうり作り

中断していた布ぞうりづくりですが、新しい先生が期間限定で教えてくださることになり、金曜の午後はぞうりづくりに取り組む人たちでおおにぎわい。おしゃべりしながら、ただいま、4名がぞうりづくりの特訓(?)を受けています。

先生は奇しくも小山ハナさんと同じ姓の小山さん。年齢はお若いですよ。アトリエでは、不要になった明るい色の布を募集しています。少しでもかまいませんのでお願いいたします。

小冊子「こころの扉を開いて」

○関係者から寄せられた貴重な体験談を「心の扉を開いて 母の声、子の声、父の声」として冊子にまとめました。1部 定価700円 送料込み800円 結構好評です。



購読を希望される方は下記へ

振込先 郵便振替 00530-0-73907 口座名 さざんかの会

複製作業中です暫くお待ち下さい