

2013

アトリエ虹便り

平成25年8月から9月の主な足跡



戸隠での体験

8月19日



蕎麦打ち体験をしてきました。そば粉を「混ぜて」「こねて」「伸ばして」「切つて」およそ一時間の行程でした。「いただきます」自分で打った蕎麦をいただく、素晴らしい体験でした。

???

午後は忍者村で体を思いっきり使った「忍者体験」しました。

「サラダうどん」と「てんぷら」

8月20日



8月の料理は、夏の太陽をぎゅっと詰め込んだ新鮮野菜を使ってサラダうどんと、てんぷらを作りました。夏野菜と共に太陽の恵みをいっぱいいただきました。



須坂・高山方面の散策

8月30日

曇り空の天気でしたが、須坂の人形博物館で「信州の工芸作家展」を鑑賞しました。4人の個性豊かな作品が並んでいました。その後、高山村の雷滝を経由し山田温泉でお昼。午後は天気も回復して、足湯につかりながらリラックスタイムを満喫しました。



環境フェア

9月15日

販売品の準備、ポップコーンの試作、看板や値札の作成など経て当日に。皆さん大集合。



参加者全員で「はい、チーズ」

今年は雨の中、総勢18人が参加して、ポップコーン、ジュース、手作り品、雑貨などを販売しました。販売という貴重な体験が出来て良かったです。

若者の声

しあわせのレッスン

“「しあわせ」という言葉のイメージは？ 体をほぐして、「今」を感じてみましょう”で始まりました。

新しいプログラムで1回/月程度で8月から始めました。

あなたにとって、しあわせって？



小さな声

とてもよい雰囲気の中でみなさんすてきでした。

オツカレサマ～☆アリガト～★

(アトリエ虹HPから)

アトリエ農園便り

8月27日、9月3日と畑作業がありました。この時期は草取り、草取り。取っても、取っても草はすぐ出てきます。畑では、8月のまわりつくような風から、体を通り抜けるような風になってきました。