

2013年

# アトリエ虹便り

平成25年10月から11月の主な足跡



## 別所散策

10月21日

長野市からは2台の車に分乗し、現地集合の参加者含め9名が、秋晴れの塩田平を散策しました。北向き観音～安楽寺～前山寺のコースで回り、前山寺では昼食後、名物の「くるみおはぎ」もいただき楽しい一日を過ごしました。心残りは「足湯」に入れなかった事かな！

## 地附山トレッキング

11月1日

地附山公園からのコースで地附山に登りました。ここは整備状態も良く登りやすい山でした。途中には絶景ポイントもあって、長野市内を一望するような場所や、「ヤッホーポイント」と言っつついつい、大声で「ヤッ～ホ～」と叫びたくなる場所もありました。

私たちが声をそろえて「ヤッホ」・・・「ヤッホー」



## アトリエ農園便り

10月29日

地豆の収穫とバーベキューの一日でした。収穫グループは、地豆をスコップで掘り起こして、農園横の川で泥落とし作業。バーベキューグループは、

まず火起こし作業。「やってみたい」と火起こし体験をした参加者、チョット大変だったかな。

お昼には畑グループも全員がそろい牛島公園で楽しいバーベキューの始まり。「焼きおにぎり 食べた？」



## まるごとサンアップル

11月15日

サンアップルでスポーツ、カラオケなど、お昼持参で出かけました。午前中は体育館でソフトテニスとバドミントン。午後は屋外コートでテニスの予定でしたが、雨模様で午後は、室内でカラオケ、トレーニングルームで筋力アップなどして過ごしました。体を動かしてうっすらと汗をかいて、楽しく過ごしたサンアップルの一日でした。

## しめ縄講習会

11月8日

今年もしめ縄作りのシーズンになりました。今回は地元の人が講師役で参加されました。

「ム・ズ・カ・シ・イ」



## 小さな声

これを乗り越えれば明るい未来があると信じて大変かもしれませんが、乗り越えてください。  
(niji-friendから)