



ひまわり通信

ひまわり 花言葉は「あなたを想い続けます」

特定非営利活動法人
「NPO千の風」
ひまわり栗生 発行 NO4
2015年8月



楽しかった盆踊り&笑いヨガ

毎週水曜日に市からの委託事業として団地集会所にて、体操教室を実施しています。この日は以前にも好評だった盆踊りをしました。

今回は、「ひまわり栗生」に布ぞうり、麻雀、卓球などに参加している柳田さんの協力で、お仲間の方3人が浴衣で登場してくださいました。太鼓のリズムに合わせて炭坑節、江州音頭、みのお音頭、河内音頭を踊りました。

最初は座って眺めているだけの方たちも、途中から唄とリズムに合わせてみんな輪の中に入り、いっしょに踊りました。

私も、今年の夏祭りには、地域でも踊ってみたいと思います。

盆踊りの後は「笑いヨガ」です。こちらも楽しく大笑いさせていただきました。踊ったり、笑ったりは心と身体にとってもいいですね。

盆踊りのみなさん、ヨガの先生、ありがとうございました。



「ひまわり栗生」の食事はいつも美味しくて好評です 今回は7月メニューから B級グルメ「高槻ぎょうざ」をご紹介します

紹介して下さるのは調理担当スタッフの有方さんです。高槻出身のママ友に教わったレシピをもとに、まずは家族に試食してもらったところ大好評でした。「ひまわり栗生」でも1度つくってみようと思いました。餃子といっても皮で包むのではなく、ニラ、しいたけ、うどんを1cmにきざんで、ミンチ、卵(おろしにんにく)をまぜて小判形に焼いたものです。見た目はミニハンバーグですが、味は餃子です。安くて短時間でできるのでおすすめです。

初めて食べた利用者さんがどのような感想を持たれたか、とても気になります。いかがでしたでしょうか。



- ・美味しいね!と好評でしたよ
- ・見た目と味の意外性がおもしろいです。
- ・お財布にもやさしいのが気に入りました。
- ・包む手間がいらないのも気に入りました。
- ・これからも美味しい昼食、期待していま〜す♪

とってもチャームな横内さんです

新人スタッフさん紹介



このたびスタッフとして「ひまわり栗生」に参加させていただいてます横内裕美と申します。

今は「卓球の時間」を担当しています。スタッフとしてはまだまだわからないことばかりですが、1日も早くスタッフの一員としてお仕事ができるように頑張ります。どうぞよろしく願いいたします。

「心のフィルム」

あなたの心には
どんなフィルムが入っていますか
人生はむなしと思う
フィルムが入っていませんか
むなしく写りますヨ
人生なるようにしかならないヨ
そんなフィルム入っていませんか
やけっぱちに写りますヨ
あなたの心にはどんな
フィルムが入っていますか
幸福に写る
フィルム入れてくださいネ

