



ひまわり通信

団地に咲くさざんか

特定非営利活動法人
「NPO千の風」
ひまわり栗生発行 NO68
2021年1月

2021年

今年もよろしく願いいたします



新しい年の幕開けに、「おめでとうございます」と言いにくい年始です。

2020年はなんといっても新型コロナウイルスの感染拡大で心休まることのなかった1年でした。

ひまわりも4月10日～5月31日まで50日間の閉所、そして恒例のバス旅行も毎月のお誕生会、忘年会もない淋しい運営を強いられました。

それでも6月1日以降は利用者みなさんのご協力に支えられ、事故なく運営することができました。ほんとうにありがとうございました。



2021年、1日も早いコロナの終息で安心して「ひまわり」に来ていただけるよう、そして何より利用者みなさんが、くつろぎほっとできる「場所」になるよう、スタッフ一同、取り組んでまいります。今年もどうぞよろしく願いいたします。

卓球に新しい仲間がまた、～♪
1人増えました。～♪
みんないい汗かいています～♪

10月に続いて、12月から新しい仲間が加わりました。もともと卓球に来られている方はみなさん、お元気で、楽しい方ばかりです。そこに今回、島田さんの参加で笑いと元気がさらにパワーアップ。

●島田つた子さん紹介

元気印の島田さん、まずはなににでも挑戦し、だれとでも仲良くなれる方です。山歩きも楽しめます。そして何よりカーブスにはほとんど毎日通われています。ひまわりの卓球は？「楽しいでえ～♪」と一言。



<今月のおすすめメニュー>

●ほんと！ 簡単～♪ 大根ステーキベーコンのせ

先日好評だった大根ステーキを私も自宅で作ってみました。レンジでこれほどやわらかく美味しくできるとは目からウロコです。



<材料>

大根の輪切り(3cm厚)
ゆでたホウレンソウ 適宜
ベーコンの細切り 適宜
ごま油・バター・ポン酢

<作り方>

- ①3cm厚さの輪切りの大根をラップに包んで6分レンジ
- ②フライパンにごま油を熱して①の大根の両面に焼き色を付ける。大根の横でベーコンとゆでたホウレンソウをソテーする。
- ③お皿に②を盛りつけてバターをのせ、ポン酢をかけてできあがり。

※大根が安くて美味しい季節です。ちょっと1品ほしいとき、とっても簡単、手間いらずです。お試しください。

みなさん、年末・年始どのようにお過ごしですか。我が家ではGo・Toトラベルを使って九州で温泉三昧を楽しむつもりでした。しかしながら政府の後手後手のコロナ対策や病院や医療従事者に対する補償や対策の無さに、「まずはGo・Toよりもコロナ対策やろ」と毒つきながら、さすがに政府の無謀とも言えるGo・Toはキャンセル。年末・年始は、Stay-Home(ステイホーム)です。はてさて、何をしようかと思う年末・年始です。◎