

# やすらぎニュース



## 特集!! 『やすらぎ工房ってこんなところ♪』

今回は、Mさんのやすらぎでの昼休みの過ごし方について話を聞いてみました。

- Q: Mさんは昼休み、主にどんなことをして過ごしていますか?  
 A: 将棋をしています。  
 Q: 将棋は、どんなところが面白いですか?  
 A: 負ける時もあるけど、勝ったりする時もあるから面白いです。  
 Q: 将棋の目標みたいなものはありますか?  
 A: 大会出場までは考えていませんが、強くなりたいです。やすらぎで勝っていきたいです。

Mさんは、勝っても自慢することなく「危なかった...負けそうやったわ」と言ったり、負けても笑顔で「負けたわ...Oさんや、Nさん強いわ」と言ったりと、将棋の勝負自体を心から楽しんでます。ですから、Mさんと将棋をするのが職員の楽しみにもなっています。またMさんは角使いの達人で、棋風は大変粘り強いです。最近では、様々な将棋の本を借りて読むなど、努力家でもあります。そんなところを見習いたいと常日頃思っています。お近くで将棋にご興味のある方は、是非一度、やすらぎ工房の昼休みにお立ち寄りください(^o^)



## 9月の行事

9月24日(土)、土曜開所日で12名のメンバーが参加しました。  
 午前中はA、B、Cの3班に分かれ、イオンで買い物をしたり、リサイクルショップや外食(マクドナルド)に出かけたり...と楽しみました。  
 午後からはやすらぎに戻って、フリータイム!卓球、からおけ、オセロ、ぬりえやシールアートなど自分のやりたいことにチャレンジしました。幾つも掛け持ちした人もいました。  
 ゆったりとした秋の一日を過ごせました!!

## 太郎のマンガコーナー



## 8月の行事

①8月6日は、青山公民館の夏祭りに参加しました♪今年のオリジナルゲームは、モグラたたきならぬモグラ釣りです。穴から出てくるモグラを磁石で釣るゲームでした(#^\_^#)ゲームは大盛況でした...が、穴からモグラを出すのは、何と人力!やすらぎのチームワークの良さが出た一日となりました♪  
 ②8月26日は、はばたきの丘で開催された「はばたき祭り」にゲームとオオクワガタ販売で参加(^o^♪ゲームはシュレッターで出た多量の紙の中に隠されている3色のボールを制限時間内に探す「宝探し」! その中にはカラーボール以外にタワシや巨大なクモの人形も!! 小さいお子さんから大人まで沢山のお客様に楽しんでいただきました\(^o^)/



## ヘルステーション☆

### ホットオレンジジュースで体を温めよう!

このところ朝晩肌寒く感じるようになりましたね。日中との気温の差があり、体調を崩しがちな季節です。そんな朝や晩は、温かい飲み物で体を守りましょう。今回ご紹介するのは生姜入り「ホットオレンジジュース」です。オレンジにはビタミンCだけではなく、ナトリウムやカルシウムなどのミネラルも含まれています。また生姜は体を温め、風邪の引き始めに良い作用があるのです。

- 材料**  
 オレンジジュース(100%): 300cc  
 しょうが: 20~30g  
 ハチミツ: 小さじ1杯
- 作り方**  
 1. 生姜の皮をむき、薄切りにします  
 2. 鍋にオレンジジュース、生姜、ハチミツを入れ、弱火で約5分間温めます。その際、沸騰させないように注意してください。  
 3. 生姜を取り出し、お好みのカップに注いで完成です! 手軽にできて美味しいですよ。ホットオレンジジュースで、これからの季節を健康に過ごしましょう!

## お知らせ

### 文化祭に参加します!

- 10/30(日)9時~15時  
 緑が丘文化祭  
 11/13(日)10時~15時  
 青山文化祭

いずれもゲームと自主製品で出店します♪  
ぜひ遊びに来てください!  
お待ちしております(^o^)

## しげおのカラフルマンガ



