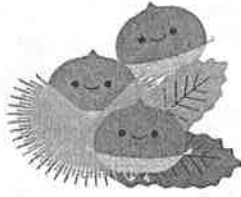


第3種郵便物承認

増刊HSK (ハートつうしんNo. 88) 通巻4645号2017年11月7日発行

増刊
HSK

No. 88 秋たけなわ、実り多い季節に。



ハート

つ
う
し
ん



もくじ

| | |
|--------------------------|----------------------|
| 1 表紙 (パーベキュー大会) | 2 ハートの行事 (パーベキュー大会) |
| 3 ハートの行事 (カラオケ・楽しくクッキング) | 4 カフェゆつくり・ボランティアさん紹介 |
| 5 ほっくほくのほくりく 情報 | 6 みんなのコーナー |
| 7 Nからの挑戦状・私の仕事・ご協力感謝 | 8 日々の動き・編集後記 |

編集人 特定非営利活動法人 自立生活センターハートいしかわ
 〒921-8021 石川県金沢市御影町8番32号
 (076) 242-1172
 http://heart-isikawa.jimdo.com/
 TEL&FAX
 ホームページアドレス icil@dream.ocn.ne.jp
 E-mail ハートワーキングセンター
 印刷

定価100円 (会員の購読料は会費に含む)

HSK

毎月十二回 (二・三・五・八・十・十三・十五・十八・二十・二三・二五・二八日) 発行
一九九四年八月四日 第三種郵便物承認

ハートいしかわの行事いろいろ

★9月23日(土) そよかぜプログラム BBQ大会

ハートの人とボランティアさん達と家族の人とで松任CCZへ行きバーベキュー大会を行いました。着いたら最初に荷物をおろしバーベキュー場まで運び、その次に飲み物を冷やしました。火おこしは、職員さんから教えてもらい動画でも予習をしました。着火剤に火をつけて火が大きくなるかと思ってドキドキしたけどうまくできました。



11時頃になり全員集合して最初の挨拶をしてバーベキュー大会が始まりました。食材は野菜、焼きそば、牛肉、豚肉、焼き鳥、松笠いか、枝豆、焼きおにぎりでした。焼き係は前半と後半に分かれ自分は前半でした。僕は50分くらい焼き係をしていたので煙のせいで目が痛くなったり体がだるくなったりしました。ボランティアさんもその他の人もいろんな話をしたり楽しく盛り上がり充実した一日になったと思います。

○ H (実行委員のメンバーより)
ボランティアさんからの感想

◎みんなでワイワイしながらBBQができて楽しかったです。
☆船塚

◎皆さんと一緒にBBQしてとても楽しかったです。久しぶりにみなさんと楽しめました。またやりたいです。
☆友重

◎ボランティアの私だけでなく利用者さん含め、参加者みんなが楽しめてよかったです。
☆平

◎BBQをしながら自然と色々な話が出来てすごく楽しかったです。また機会があれば参加したいと思います
☆細川

◎皆で楽しくBBQできてよかったです。車いすでも外を移動するのは初めてでしたが、ちょっとした段差がたくさんあり、大変さがよく分かりました。
☆宮西

◎初めて夫婦で参加しました。焼き場の皆さん大変だったと思いますが、おかげさまでおいしいお肉を食べ、たくさんお話もできて楽しかったです。また来年が楽しみです！
☆岡崎

当日に向けて、まず何を焼きたいかみんなで考えました。その中でコストコの焼き鳥&松笠イカが新しく提案されたので採用しました。毎年回数も重ねてきているということでレベルアップしたかったので、反省点に挙がっていた当日の動きや、火の起こし方など予習をたくさんして臨みました。
いざ当日。当初天気予報が雨でドキドキでしたが、ピカピカの快晴(*^_^*)向かう車の中でも動きを確認していたので着いてからの動きもバッチリでしたね！火おこしも予習通りできていたと思います。焼き鳥等は焼き具合が難しいものもありましたが、周りの人に確認してくれていたのととてもよかったです。何よりも安全に、そしてたくさんの人と楽しめました。実行委員の方、ご協力していただいた皆様、ありがとうございました！来られなかった方もぜひ来年いらしてくださいね(^^)♪



焼き場頑張ってくれた皆さん！

佐藤 (担当スタッフ)

★8月5日(土) そよかぜプログラム カラオケ

みんな楽しんでたのが印象に残ってます。自分も大変満足できました。一つ心残りは、あの曲歌ってけばよかった・・・といったことを思い出します。カラオケに限らず、これから似たようなことがないようにしていこうと思ったそよかぜでした~(´▽`)/



のうえ



お部屋もゆったりひろびろ~

みなさんお楽しみの恒例行事であるカラオケ大会が今年も開催されました。参加者は計10名。カラオケ店はホームラン。結構綺麗で広い店舗だったので使いやすいかったです。ご飯も低価格で美味しかったので満足でした。3時間のカラオケタイムでしたがまだまだ歌いたかった人もいたぐらい大変楽しく過ごせました。また来年も行われることを期待しましょう。

たかば

★7月15日(土) 楽しくクッキング 夏メニュー

メンバーみんなが楽しみにしている「楽しくクッキング」。今回は「夏」をイメージした料理です。夏野菜の定番の茄子を豚肉で巻いて焼き上げてメインディッシュに...焼いている時にこけてしまい「大丈夫かな？」と心配しましたが、みんなの「おいしいね!!」の一言に「ほっ」としました。食後はみんなで作ったケーキを食べゲームを楽しみました。おなかも心もしあわせいっぱいになりました。



「カエルの壁越えゲーム」は、大好評につきハートでは二回目です。



お肉でなすをまきまき~♪ 40個も作ったよ!



りょうじ

私は、上野さんと一緒にみかんと桃のケーキ作りをしました。みかんと桃を包丁で切って切って大きさはそろえて切ることができたので良かったです。お昼ご飯の中でなすの肉巻きが特に美味しかったので満足しました。午後からは完成したケーキを包丁でみんなに分けていくことをしました。大きさに少しばらつきが出てしまったけど大体は均等に切ることが出来たので良かったです。ゲームはカエルの壁越えゲームをやりました。カエルを飛ばして的確に当てて止まった所の的が大きい得点の人が勝ちと言うゲームです。このゲームがとても楽しかったので良かったです。



よねちゃん

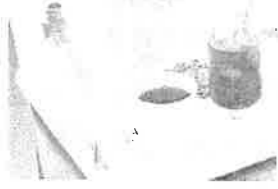
★6月24日(土) & 8月26日(土) カフェゆっくり



6月のカフェは午後から2時間ぐらいたい20人のお客さんが、来られました。注文の取り方、おしぼり、飲み物の出し方をちょっとだけ失敗してしまいましたが、スタッフの人に教えてもらい、違う所を直しながら、ウェイターを頑張りました。お客さんもいっぱい来てくれたのが、良かったと印象に残っています。



8月のカフェはだいたい8人のお客さんが、来られました。今回も、スタッフの人に教えてもらい、違う所を直しながらウェイターも出来る様になったと思います。お客さんが来る間、別のお客さんと一緒にコミュニケーションを取りました。良かった点は、「又、お越し下さい」、「お待ち下さい」などの言葉をちゃんとと言えた事です。今度からもカフェゆっくりを出来るように頑張りたいと思います。



簡部 慧萌 (ウェイター担当)

事前に「カフェに行くね」と言ってくれた方が何人もおられ、ドキドキワクワクでした♪当日多くの人でにぎわい、交流もできてとても良かったです。混雑時に焦ってアタフタしてしまったのは「お客さんに“ゆっくり”過ごしてもらいたい(“ゆっくり”動いています、という意味も込めています)」というハートのカフェのコンセプトを見失っていたな、と反省。8月は、そこを確認してから臨んだので落ち着いて動けました。また、今回用意したブルーハワイゼリーは見た目がとてもきれいで味も良く好評でした♪

はたみか (担当スタッフ)

次回は10月14日(土) 13:30~15:30是非お越しください!

よくお願い致します

2017年度NEWボランティアさんの紹介



岡崎布実(おかざき ふみ)です。今年の6月より週1回半日だけハートいしかわさんに顔を出しています。北海道札幌市から来たばかりなので、皆さんとお話できるのがうれしいです♪

金城大学社会福祉学部こども専攻1年、船塚結衣です!趣味はアニメを見たり、マンガを読んだりすることです!将来は、保育士か、社会福祉士を目指すつもりです。



金城大学社会福祉コース1年、福井県出身の友重遥奈です。ニックネームは、はるな・はるです。社会福祉士の取得を目指し勉強と大学生活をエンジョイしています。人見知りですが自分から話しかけることはあまりないですが、アニメや特撮の映画が好きで、たくさん皆さんと話したいです!

見てみんなは? 方言のほくりく情報

今回のテーマは“方言”!!富山、金沢、加賀で比較しました。なかなかの力作です!

「草く死ぬ? !ひどい(>_<)な~んて思わないでね♪

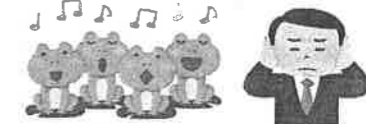
標準語と北陸の方言の比較表

Table with 4 columns: 標準語, 富山, 金沢, 加賀. Rows include phrases like ~しなさい, 草くしなさい, ~です、~ます, わたし, わたしたち, 疲れた、だるい, 私はまだ疲れた.

「お茶」じゃないよ「お」をつよく!

まるで外国語?! 方言丸出しの会話(^ ^) 翻訳付きで紹介!

富山: おら、きのよめしやがりにかいど おったら、ぎやわすが がかいこと 鳴いとって、私(が)昨日 夕方 外(に) いたら かえる たくさん ていて まんで しよわしなかつた ちゃ。 すごく うるさかつた です



金沢: よさり、たあんと雪が降った。わし 今朝 歩いとつたら、きんかんまなま やつたり、夜 たくさん 私(は) ていたら道が凍ってつるつる 状態 だつたり 帰るときはごぼつたりして、がんこ だいばら やつた わいや。 雪に足がはまつた すごく 大変 だつた(の) です



加賀: めろんこ! おもっせことして かすこいとつと えんぞにはまって てんぽに お嬢ちゃん 変なこと ふざけていると 溝 すごく ちゃがちゃが なるろ! くちやくちやに なるよ



女の子は“めろんこ”と呼ばれるよ! 菓物のメロンとは違うよ!



みんなのコーナー

今回は秋がテーマ！みなさんから①秋の思い出、
②今年の秋に向けてを紹介しします。



秋の思い出、計画と言われまして
も・特に思い浮かぶことがなく。
平々凡々と過ごしていければいい
かと思ひます。

たかば

①子どもの頃、毎年9月中旬にお父さんのお
里で稲刈りをしました。親戚の人も来てとても楽
しかったです。他にも獅子舞がありにぎやかな感
じでした。

②10月3日に石浦神社でお祭りがあります。そ
こに行って散策しようと思っています。

は おか
羽岡

①9月10日～11日に家族4人で片山津温泉
のながやまに行ってバイキング料理を食べたこ
と。

②次のお給料をもらったら、ハチパンの牛
肉野菜ラーメンを食べに行って満足すること。
よねちゃん

①ぼくのかあさんの実家の秋祭りで、獅子にガブ
リ！と頭をかまれてびっくり！！でもかあさん
に「かしこくなるよ」と聞いてうれしかったぼく
でした。

②ぼくのかあさんの今秋の壮大な計画、それは
「オータムジャンボ1等当選！！」(笑)
北川りょうじ&母

①毎年9月に地元の田舎でお祭りがあります。
今も盆踊りをするような昔ながらのお祭りで、
地元の人も会える数少ない機会なので毎年楽
しみにしています。

②旅行や飲み会の予定がたくさん入っているの
で、それを楽しみに今頑張っています！楽しい
思い出になるといいな♪

さとう
佐藤

①大学3年の時の事です。学園祭で「フルコース
早食い競争」と言う企画がありました。私はゼ
ミ代表として出場して、何が出てくるか楽し
みにしていましたが、出てきたメニューは予選が
うどん3玉、決勝がうどん4玉。結果は3位。
それだけ食べても夜になると腹が減ってしまう自
分に笑ってしまいました。

②今年の秋は、食は控え目、運動は多目にして
いきたいと思ひます。

にっか
ニツカ

①残暑が毎年あるのでいやな思い出ですが、冬
になりそうなところが良いです。

②涼しいところに行く。たとえば図書館。(エアコ
ンがあるから)

うえの

①高等学校の文化祭で展示を見学し、お化け
やしきに入り、楽しかったと印象に残っています。

②お仕事、ハートのそうじや行事を中心にな
らばりたいと思ひます。

おかべ まさあき
岡部 昌明

①地元の地区の文化祭が11月にあります。子
どもの頃は毎年楽しみでした。ああいうところ
で食券を買って食べるラーメンは、決して凝っ
ていないのに美味しかったのはなんでだろ～？

②とにかく体調を崩さず、出産に向けて必
要な物と心？を準備します！！

はたみか
ハタミカ

Nからの挑戦状

～俺の頭脳を超えて行け～



問) 前号に引き続き記念日特集。次の記念日は何月何日か下記のA～タの中から選んで

ください。(5～8月編)

- ①郵便貯金の日
- ②看護の日
- ③沖縄返還の日
- ④ごみゼロの日
- ⑤時の記念日
- ⑥環境の日
- ⑦信用金庫の日
- ⑧UFOの日
- ⑨ソフトクリームの日
- ⑩郵便番号記念日
- ⑪納豆の日
- ⑫スイカの日
- ⑬道の日
- ⑭高校野球記念日
- ⑮焼肉の日
- ⑯野菜の日

- | | | | |
|---------|----------|----------|----------|
| ア. 7月1日 | イ. 6月24日 | ウ. 5月15日 | エ. 8月18日 |
| オ. 7月3日 | カ. 8月10日 | キ. 5月12日 | ク. 6月10日 |
| ケ. 6月5日 | コ. 5月30日 | サ. 8月31日 | シ. 7月27日 |
| ス. 5月2日 | セ. 7月10日 | ソ. 8月29日 | タ. 6月15日 |



答えは、最終ページにあります。



私の仕事 その⑩

入社してから1ヶ月経つと、いつも午前8時15分頃、石川県金沢市広岡町の会社に行って、午前9時05分頃、作業員3人で、白色の自動車に乗り、白山市横江町の(白山寮)の清掃作業をしました。時々、金沢市内の掃除もありました。金沢市内のアパートは、汚れがひどかった所もありましたが、汚れを少しずつ取って真剣に掃除をしました。大変でした。



清掃作業、がんばってます

岡部 蒼晴



ご協力感謝致します

ハートいしかわは皆様おひとりおひとりの会費によって支えられています。これからも宜しくお願いします。

- | | | |
|-------|--------|--------|
| 正会員費 | 袖野 貴義様 | 岡崎 布実様 |
| 賛助会員費 | 室田 順司様 | |
| 寄付 | 室田 順司様 | 米泉 隆司様 |

ありがとう
ごさいまけ



ハートいしかわの日々の動き

| 7月 | |
|---------------|----------------------|
| 4・11・18・25日 | CUP講座 書類を整理しよう |
| 5・12・19・26日 | 生活講座 四字熟語をマスターしよう |
| 7・13・21・28日 | 工作講座 シュシュ・メッセージカード作り |
| 15日 | 楽しくクッキング 夏メニュー |
| 8月 | |
| 1・8・17・22日 | カフェ講座 カフェオープンの準備 |
| 2・9・16・23・30日 | 生活講座 四字熟語をマスターしよう |
| 4・10・18・24日 | 工作講座 シュシュ・メッセージカード作り |
| 5日 | そよかぜプログラム カラオケ |
| 26日 | カフェゆっくり |
| 9月 | |
| 1・8・15・29日 | 工作講座 ハートで役立つ小物作り |
| 6・13・20・27日 | 四字熟語のおさらい |
| 7・14・21・22日 | BBQ準備 |
| 23日 | そよかぜプログラム BBQ大会 |

編集後記

ハートの秋の「そよかぜプログラム」では、11月4日に今年オープンしたイオン新小松まで足を延ばす予定です。まだ行ったことの無い人が多く、みなさん楽しみにしているようです。

いつもの日常は同じことの繰り返しだったり、我慢しなくてはならない場面があったりで疲れもたまると思います。しかし、そんな中に何か「楽しみ」があると、それを心待ちにして頑張れるかもしれません☆過ごしやすい季節が来たので、何か楽しい予定を立てたり趣味に凝ってみてメリハリのある日を過ごしてはいかがでしょうか。

あっ、ハートの行事に来るのも大変オススメです!(笑) みなさま、良い秋を~(^ω^)

Nからの挑戦状の答え

- ①=ス ②=キ ③=ウ ④=コ ⑤=ク ⑥=ケ ⑦=タ ⑧=イ
 ⑨=オ ⑩=ア ⑪=セ ⑫=シ ⑬=カ ⑭=エ ⑮=ソ ⑯=サ