



押し花カード作り



庭や道に咲く花や草をゆめとまの辞書にはさんでおきます。

始めに一日ほど冷蔵庫に入れておくとより色が鮮やかに仕上がるとお聞きし、やってみたところこんなにきれいなカードに！



即席卓球(0)

やってみ
よか♪



身軽に打ち返されるそのお姿。
「卓球上手いですね」との声に「上手とは言わないよ」と苦笑いされつつも、心弾む一時でした。

ゆめとま便り

No.60

2021年 8月

ゆめとまの家おしどり

〒520-3244

湖南省サイドタウン

3丁目8-33

TEL: 0748-74-8880

fax: 0748-74-8881

人にしてもらいたいと思うことを
人にもしなさい

近江ちろば会基本理念

暑中お見舞い申し上げます。

暑い暑い夏です。ゆめとまの畑ではキュウリがたくさん採れています。今年は苗と種からと両方植えました。プランターに種を蒔き、苗が育ってきたところで畑に植え替えて…。後半多かった梅雨の恵みと畑の栄養と太陽を一杯浴びてグングンと育ち、お化けキュウリもチラホラ。(^^)

「うわあ！ でっかいねえ！」「たくさん採れたねえ～」とその大きさや数にビックリです。早速、数人でキュウリとトマトと玉葱で酢の物を作り「全部ゆめとま産」の一品を味わってお昼にいただきました。

野菜を植えて肥料や水やりをして、成長を楽しみながら収穫したものを調理していただく。何気ない日常の一コマひとコマが、心と身体を元気にしてくれます。

初めてマルチをしたサツマイモ、種から植えた茄子の苗がグングンと伸びています。プランターには初挑戦のスイカも(^^)

日ごとの野菜の成長を、入浴の前に、トイレに行く途中に、畑仕事に関わる、かかわらないにこだわらず、縁側からも楽しみを分かち合っています。

ゆめとま恒例のサツマイモのツルの炒め物も格別です。ツルを剥く作業もみなさんですると、早いこと！早いこと！

楽しみながらこころも身体も健康に！ちなみに、今年のサツマイモは「ウィルスフリー」と書いてありました。

心もフリーに♪



プランターのキュウリには縁側からも網を張って・・・とんとん伸びていけよ～♪



身体いきいき 脳イキキ お腹いきいき
そして 心ころいきいき♪

畑や緑に囲まれた生活から、季節を肌で感じる事ができ、収穫した野菜などからも会話や活動が広がります。日々の何気ない会話から元気をいただくことが多いです。「昼間の我が家」は今日も楽しく、こころも身体もリフレッシュ！！

みんなで収穫した玉ねぎ大きなのが沢山できたね～



採れ立てピーマンとししとうでチャンプルしよか♪



エフロン姿がよく似合います。

ナスビは水をたっぷりやらんとな



見栄えよく、均等に..



今日も手分けして盛り付け



かぼちゃの汁も入れて..