

今年初めてボランティアセンターの方に作って頂いたゴーヤの棚に見事にツルが巻き、涼しげなゴーヤカーテンが出来ました。ゴーヤの実もすくすく育ち毎日の収穫が日課となり、食す楽しみにもなりました。

今になって、「何本収穫出来た？」と話題になり🍃

「あ！数えてたらよかったね😊」

「もうお腹に入ってしまった🍃」と笑いました。

沢山収穫出来たゴーヤは、天ぷらにしたり、佃煮にしたりと皆で美味しく頂きました。『お腹いきいき♪』

・・・来年こそは数えよう～（笑）



これ、もうちょっと大きゅうせんならんな

うん！なっとなる、なっとなる



にがうりなってますか？



# ゆめとま便り No.61

2021年9月

社会福祉法人近江ちいろば会  
ゆめとまの家おしどり

〒520-3244

湖南市サイドタウン

3丁目8-33

TEL：0748-74-8880



まだまだ油断できないコロナウイルス！ゆめとまでも体調管理、マスク着用、換気の徹底をしながら一日を大切に生き生きと生活して頂けるようにと思っています。そんな中ゆめとまの畑にも秋の訪れを感じます。

気候が良くなり、外へ出て太陽を浴びる機会も増えており、「ええ気候になったわ～」「今日もたくさん採れたわ」と収穫だけでなく、心も満たされていきます。その中でも『さつま芋』はたくさんの栄養と太陽・みなさんの力ですくすくと育っており、『芋のつる』もたくさん採れています。

「芋ツルたくさん採れたぞー！！」このひと声から、「沢山採れたね！剥こうかー」と一人、また一人と気が付くと5、6の方がワイワイと(^o^)

「こうすると剥きやすいよ」「ほんとやね」

「昔よう食べたわー」「早速ごま油で炒めよかー」と

畑の収穫が、身体に♪お腹に♪人と人とのコミュニケーションにつながっているのが、皆さんのいきいきとされる様子や笑顔の会話から伝わってきます。何よりも心がいきいきとしてきます。

ゆめとまのスローガンは『身体いきいき♪脳イキイキ♪お腹いきいき♪そして、心いきいき♪』です。『収穫やつるを剥き、自然と身体を動かし、身体いきいき♪』『みんなで工夫し、考えや培ったきた力を共有し合い、脳イキイキ♪』『美味しく頂きお腹いきいき♪』『そして、心が弾み、心いきいき♪』

日々の何気ない日常を大切に・・・

# ゆめとま畑の野菜が大豊作!



なすびもとうがらしもようけ  
なってるやん



きれいなキュウリが  
採れたよ



ゴーヤは苦いけどそ  
れが美味しいのよ

今日も綺麗な野菜がようけ  
採れたね

大収穫のさつま芋



収穫を下さる方や、「今日は何作る?」「何食べたい?」「じゃあ作ろうか」と率先して調理を下さる方々、そして全員で美味しく食す! お腹も心もいきいき♪

そして、「次は冬野菜! 何植える~?」と今から楽しみですね!

