広報
第 203 号

# ひ な た の 森

発行日：令和　3年 11 月 12 日
発行者：認定ＮＰＯ法人ハートツリー　ひなたの森

## もう立冬

朝夕は、めっきり寒くなり、やっと秋本番という今日この頃。先週までの汗ばむ陽気がうそのようです。

それもそのはず、七日は「立冬」、暦のうえでは、もう冬なのですから。

過ごしやすいわずかなこの季節。ひなたの森でも、外での活動を満喫できればと思います。

## 赤い羽根共同募金

10月1日（金）は恒例の募金活動の日です。今年は、パビリオンシティ、宝くじ売り場前。

今回は４名での参加ということで、交代で休憩をとりながらの声掛けとなりました。

メンバーたちの「お願いします」や「有難うございます」の声も、時間が経つにつれ、段々と大きな声に。アッという間に次の方へのバトンタッチの時間となりました。

今年もたくさんの方々、ご協力有難うございました。

## 昼食会

10月６日(水)、3か月ぶりに昼食会を行いました。

今回は、いなりずしにわかめうどん、そして、残ったごはんでの梅おかかおにぎり、という炭水化物のオンパレード。栄養的にはちょっとなぁという感じでしたが、参加したメンバーたちには大好評でした。

初めての昼食会参加者2名を含む6名が、賑やかに食卓を囲みました。

久しぶりの昼食会、自分たちで作ったものをみんなで一緒にでいただく。やっぱりいいですね。

### 〈メンバーたちの感想〉

・今回はうどんとおいなりさんをつくりました。うどんには、わかめと天かすとねぎをトッピングしました。おいなりさんに酢飯を入れるのが難しかったです。うどんは、コシがあっておいしかったです。おいなりさんは、少し大きくて食べづらかったです。

・うどんしこしこしてうまかった。

・うどんといなりずし。いなりずしを初めて作りました。すめしをつめるときあげがやぶれました。

・いなりずし、うどん等がおいしかったです。

・いなりずし、あげあまくておいしかったです。おなかいっぱいたべました。

・ご飯をうちわであおいだり、おにぎりを握ったりできたのが楽しかった。少し話をできたのもよかった。僕が出した梅おかかおにぎりという案にしてくれてうれしかった。

## 11月

November

8 日（月）広報誌作り
10 日（水）昼食会
11 日（木）掃除
17 日（水）お茶会
19 日（金）外食会
24 日（水）すさみ町出張相談
25 日（木）卓球
26 日（金）みなべ町出張相談　・　ミーティング
29 日（月）体育館でみんなで体を動かそう!!

**※学習支援　今後の予定**

月　英語（中）
火　小学生
水　英語(高)
金　数学（高）/数学（中）

ひなたの森

開所日時　月～金曜　９時～１８時（祝日・臨時休所除く）
田辺市高雄一丁目３－２７　TEL.0739-33-7850　FAX.0739-33-7850
メールアドレス　info@heart-tree.org　　ホームページ　https://heart-tree.org/index.html

## 外食

10月27日(水)の外食は、またもやハンバーガーのテイクアウトでした。

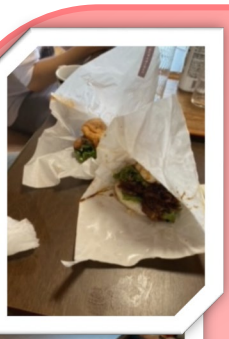
今回は、「モスバーガー」です。お店で食べるかどうか悩んだ結果の「テイクアウト」。買い物担当は、3名、うち2名は初参加のメンバー。メンバーからのたくさんの注文を聞き、いざ出陣。

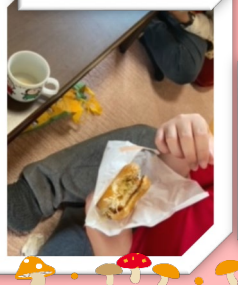
車中では、9人分をどうやって注文するかワイワイ。それぞれ3名分ずつを注文することに。ちょっとバタバタもありましたが、無事商品を受け取りお役目終了。確認もしたかったのですが、それぞれの袋を開けてまでは難しく、ドキドキしながらみんなのもとへ。

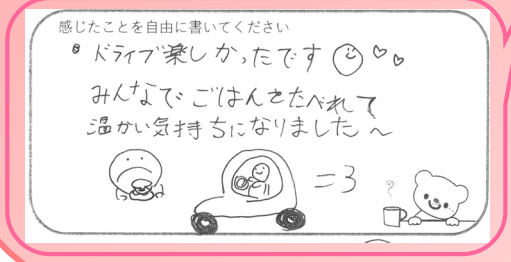
さてさて、注文違いもなく、みんなそろって、ご満悦。大きな口をあけながら、お望み通りのハンバーガーをモグモグ。幸せいっぱいの時間でした。

〈メンバーたちの感想〉

・久しぶりに食べました。
・チキンバーガーとチーズバーガーを食ったがうまかっただ。
・待機組だったので買ってきてくれる間暇だったけど、話をしながら食べたり、初めてゲームをさせてもらえたりして楽しかった。
・ひさびさにたべておいしかった。
・今回の外食は、モスバーガーです。僕は、海老カツバーガーとポテトを頼みました。とてもおいしかったです。








## 卓球

10月13日(水)は、中部公民館での卓球の日。集まったメンバーは4名。このところ卓球への参加が少なく寂しかったのですが、ちょうどダブルスで対戦するにはバッチリでいい汗を流すことができました。

〈メンバーたちの感想〉

・久しぶりに卓球をしました。良い運動になりました。
・久しぶりの卓球でした。最近は全然行けてなかったので、楽しかったです。
・パンツがやぶけて大変だった。ひさびさの卓球だったので**きんにくいた**になった。
・久しぶりだったけど、結構ラリーもできたし、前にやった時よりうまくなっているような感じもした。

## バドミントン・バレー

10月21日(木)、今年度になって初めての田辺市体育センターでのスポーツ。昨年度末は、参加者が少なく寂しかったのですが、今回は7人の参加ということで大盛り上がりでした。やはり参加人数大事です。とっても楽しく汗をかくことができました。

〈メンバーたちの感想〉

・ネットを使ったバドミントンは初めてだったので難しかったです。
・この時には体力がついて動けた。
・同じ経験者でも、テニスとでは打ち方も全然違っておもしろかったし、コミュニケーションをとれる人も増えてきた。
・久しぶりにバレーをしたので感覚が鈍ってました。
・うごきまわってつかれたけどたのしかった。2～3日ぐらいきんにくつうになった。
・大勢でスポーツをするのは、かなり久しぶりでした。最近、少し寒いですが、バドミントンのように体を動かすことで体が温まりました。

## 編集後記

いよいよプロ野球日本シリーズが始まります。この頃になるといつも〇十年前の高校時代を思い出します。時季はもう少し早かったかなとも思うのですが、試合はデイゲーム。携帯もなく、試合の状況や結果速報などはまだまだラジオの時代。教室にラジオを持ち込み、休み時間にみんなで、ワクワクラジオを囲んだことを…。今は昔ってこういうことですね。ホッとする懐かしい思い出です。　【向井】

### お礼

今月も皆様方から
たくさんのご厚意を
頂きました
いつもありがとう
ございます

次回の発行日は
12 月 15 日の
予定です