



長すぎる夏がようやく終わり、秋の夜長を楽しむ間もなく、朝晩の冷え込みは初冬の兆しがあるこの頃です。早いもので上半期が過ぎ、10月に入りましたが、10月28日は講道館柔道の創始者である「加納治五郎」の生誕日になるそうです(加納先生の時代では旧暦なので、現在の暦では12月10日になります。)

日本古来の武術としてあった柔術の様々な流派を研究、改良し、近代武術の「柔道」を作り上げました。柔道家はもちろん、教育者でもあり、「柔道の父」「教育の父」とも呼ばれています。

「自他共栄」など様々な名言を残されましたが、僕が紹介したい名言は「人に勝つより自分に勝て」です。情報化社会で何よりも効率が求められる社会の中で、他人と比べるのではなく、何よりも自分自身と向き合うことの大切さがこの言葉にあるように感じています。

簡単に思えることほど実は一番難しいものです。自分自身を見つめ、精進する武道の精神に触れる機会になればと思い、紹介させていただきました。

施設長 南 芳樹



【10月の予定】

- 3日(月) 赤い羽根募金
- 4日(火) 昼食会(シチュー)
- 13日(木) 外食会(カレー予定)
- 20日(木) 掃除&お茶会
- 25日(火) ミーティング
- 27日(木) 合同スポーツ(串本にて)

【学習支援 今後の予定】

- (月) 中学生(英語)
- (火) 小学生
- (水) 高校生(英語)
- (金) 中学生・高校生(数学)



【昼食会☆たこ焼き】

先月、焼きそばを作り終えた後、余った天かすを見たメンバーが『次はたこ焼きしたら・・・』と提案してくれ、そのアイデアをいただき、今月はたこ焼きにチャレンジ!!

具材や焼き方は人それぞれ。自由に好きなように・・・

『まんまるたこ焼き』ができあがり!!

【みんなの感想】

- ★みんなで作れて嬉しかった
- ★まんまるたこ焼きを焼いてもらいました。中がとろろとして美味しかったです。
- ★きれいなまるいたこ焼き作れてよかった。とても楽しかった。



【外食★今月は・・・】

【SHIRAHAMA KEY TERRACE ホテルシーモア】



【ビュッフェレストラン】

好きな食べ物をランチボックスに詰めてテイクアウト！
混雑もなく、ゆったりと選んだ後は、海が見えるロビーの席で優雅にランチ。



【足湯】

太平洋を眺めながら足湯に浸かっている後ろ姿。
見ているこちらが、幸せな気分・・・

【ビリヤード】

みんなで対戦。
空振りしたり、勢い余って球が飛び出したり！
なんでもありです(笑)
貸し切り状態で旅行気分♪

【みんなの感想】

- ★食べられる量にしようとおもっていたのに残してしまいました。
いちごケーキがおいしかった。
- ★久しぶりにバイキングに行きました。どれもおいしかったです。
その後、初めて足湯に入り、思ったより心地良かったです。
ビリヤード空振りしたりして難しかったです。



【スポーツ☆中部公民館】

初めて参加したメンバーがいて緊張するのではないかと少し心配しましたが、先輩メンバーに卓球を教えてもらったり、楽しそうに過ごす姿を見て、仲間っていいな～とつくづく感じました。

【みんなの感想】

- ★久しぶりに卓球をしました。みんな上手くて負けました。★暑かった・・・



ひなたの森

次回の発行は

『11月11日』です。

今月もたくさんのご厚意をいただきありがとうございました。

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>