



『新年明けましておめでとうございます。』

いよいよ、新しい年が始まりました。去年は新しい職場や、年末にかけての新宮のあづまプラッツの移転など、本当に環境が目まぐるしく変わる中で一年が終わってしまったという感覚でした。今年も、小さな歩みではありますが、一步一步着実に前に進んでいければと思っておりますので、ご支援の程よろしくお願ひ申し上げます。

さて、新しい年が始まると、僕の一つの楽しみでもあるのが「大河ドラマ」です。

今年の主演は松本潤さん演じる「徳川家康」ですよね。偶然にもこの徳川家康の誕生日が1月31日なので、奇妙な縁を感じますよね。言わずもがな、天下統一後、約260年も続く江戸時代の礎となった戦国三英傑の一人の徳川家康ですが、諸説ある死因の一つがなんと「天ぷらの食べ過ぎ」があるそうです。

当時、天ぷらは非常に珍しく、また調理する際の油も高価なため、将軍に献上されるほど高級品であった天ぷら(鯛の天ぷら)を好奇心旺盛な家康は大量に食したそうです。その日の夜に、腹痛を起こして以来、体調が優れず、約三か月後にこの世を去ったそうです。3か月も後になって亡くなったので、天ぷらが直接の原因ではなく、現在は「胃がん説」が有力なんだそうですが、絵などで見る家康同様、メタボ体型の僕としては、脂ものの摂りすぎに注意しなきゃと身震いしております。何事も健康な体があつてこそです。

皆様もお身体にはお気をつけて、新しい一年のスタートをきってもらえたらと思います。

『本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。』

施設長 南 芳樹



1月の予定

- 5日(木) 初詣(蟻通神社)
- 12日(木) 昼食会(ガレット&スープ)
- 19日(木) スポーツ(田辺市体育センター)
- 24日(火) 外食会(マクドナルド)
- 26日(金) ミーティング
- 31日(火) 掃除&お茶会

【1月出張相談】

- 27日(金) みなべ町ふれ愛センター
- 時間：13:30~15:00

【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)



【みんなで歩いて初詣：蟻通神社】



【メンバー6名と参拝に】



【昼食会：ピザトースト&スープ】

今月は超シンプルに…ピザトーストです！

ピザソースは、メンバーお手製♡

ケチャップ+オリーブオイル+ソースを絶妙なバランスで合わせてくれました。

トッピングは、玉ねぎ・ピーマン・ウィ

ンナーを好みでチョイス。仕上げにチーズをた〜っぷりと…

は〜い完成!!

【みんなの感想】

★チーズ、もうちょっと入れればよかった。でもおいしかった。★メンバーMさんにピザソースを作ってもらったのですが、凄く美味しかったです。



【スポーツ:田辺市体育センター】

今月は久しぶりに体育館をお借りして、目一杯、体を動かしてきました。メンバー達は、時折疲れた様子を見せつつもほぼ休憩なしで完全燃焼~!!

【みんなの感想】

★ライトがまぶしかったので上を見なくていいスポーツもやってみたい。

★4人でバドをしたり、みんなでバレーをしたのが楽しかったし、良い運動になりました。

★バレーとバドミントンを

して動き回れたので楽しかったです。

★バドミントンしまくって楽しかった。ちょっとバレーもした。結構疲れた。



【外食会:丸亀製麺】

『期間限定!冬しか出会えない玉子あんかけうどん!』ほとんどのメンバーが明太玉子あんかけを注文。

ぬくぬく・卵がとろとろ~。

★麺を食べ終わった後にごは

【メンバーの感想】

★おススメされた明太玉子あんかけにしました。明太子が美味しかったです。



【1人のオーダーです:笑】



★あつくてなかなか食べれ

なかったけど美味しかった。

★あんこう天美味しかった。

★明太玉子あんかけに梅

おにぎりを入れたらサイコ

ーです!!

【♪楽しい楽しい~~クリスマス会♪】

今回のクリスマス会は、多くのメンバーに参加してもらえるように、いつもより遅めの午後2時半からスタート。

メニューは..☆ピザ☆モスチキン☆フライドポテト☆フルーツポンチ☆シュークリーム☆女子メンバーお手製芋餅(ひなたで育ったさつまいもを使ってとっても美味しく仕上げてくださいました~。)

食事の後、もちろん『ビンゴゲーム大会!』景品は、ささやかなお菓子ですが、そんなの関係ない!

わくわくドキドキって、いくつになっても楽しいものです☆

今回は時間が少し短かったですが、10名のメンバーと賑やかな時間を過ごせました~♡



【メンバーの感想】

★ポテトめっちゃくちゃあつかった。ビンゴ楽しかった。

★狭かった(笑)★ビンゴゲーム2年連続ビリでした!

★ビンゴ、リーチになったのは早かったですが、あと一歩の所で当たらなかった。

★ビンゴがなかなか当たらなかったです。

★楽しかったです。人いっぱいいました。

★パーティ楽しかったです。★楽しかった。

【クリスマスとお正月のコラボ!!】



今月もたくさんのご厚意をいただき

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

次回の発行は

『2月10日』です。

ありがとうございました。メールアドレス info@heart-tree.org ホームページ <https://heart-tree.org>

