

悠友だより

2011年 5月号 No.11
福岡悠友クラブ
〒814-0001
福岡市早良区百道1-5-7-101
Tel 092-405-5234
090-5281-1870
(クマダキ)



「遊ぼう」っていうと

「遊ぼう」っていうと

「ばか」っていうと

「遊ばない」っていうと

「遊ばない」っていうと

「ごめんね」っていうと

「ごめんね」っていうと

金子みすゞ

東日本大震災で被災された方々には、心よりお見舞いを申し上げます。

「想定外」何度聞いた言葉でしょう。まさに私たちの人生の中においても想定外でした。

ただ事ではない恐ろしい光景をテレビでリアルタイムに見てから、すでに2か月が過ぎようとしています。日々目の当たりにする被災地の光景、刻々と変わる原発の状況。テレビや新聞にかじりついて少しでも情報を、そして「何かしなくては・・・」「何かできることは？」といってもたつてもならない思いをしたのは国民全員ではなかったでしょうか。

地震、津波・・・そして、原発、節電。

天井を知らない消費に対しての警告を受け、しばし立ち止まって生活の見直しをするようにと問われているような気がします。自身の生活を思い起こし、深く反省もしました。6年前の西方沖福岡地震の後、あわてて揃えた「避難用持出し袋」も押入れの奥から、付かない懐中電灯と賞味切れの食品と一緒に出てきました。のど元過ぎれば・・・です。

その上、25年前に起こったチェルノブイリの事故はそれこそ他人事でした。

安全神話が崩れた今、個人個人が「何が大切なのか?」「何ができるのか?」を常に頭に置き、人とのつながりをもっと大切にできる環境を作っていくことの大切さを思い続けていくことがこれからの課題ではないかと思えます。

そういった中で、東北の人々の辛抱強さ、奥ゆかしさ、逞しさ。そして、ボランティアに駆けつける若者たち。企業、団体、個人と支援金も集まり、気が付けば「チーム ジャパン」としての日本がそこにありました。

震災前は、格差社会、無縁社会と言われ、疑問に思いながらも知らず知らずにそういうものかと受け入れていたように・・・いえ諦めていたように思いますが、今こそ人と人が寄り添うことの大切さを痛感します。

最近、谷川俊太郎さんの詩「生きる」がよく読まれていると聞きます。4月には福岡にも来られていました。AC JAPANのCMでは金子みすゞの「ごだまでしょうか」もテレビでよく流れています。「優しさ」「逞しさ」「絆」をキーワードに、この震災をプラスと変えて、これからの社会の再構築が求められているのだと思えます。

運命を引き受けて、その中で頑張ろうね。

頑張っても結果が出ないかもしれない。

だけど、頑張らなければ何も結果が生まれないじゃないの。

佐々木常夫氏（東レ経営研究所特別顧問）のお母さんの言葉だそうです。まさに一步踏み出すための、力強く、そして優しい言葉だと思います。

今年度の福岡悠友クラブも、原点に立ち、団体として少しでも被災地の方の役に立つ活動を考えていきたいと思っています。

nishijima

～“クラフト研修会” 情報～

昨年開催しましたクラフト研修が、現場ですぐ使えるクラフトということで好評をいただき、今年度も、「さざんぴあ博多」「村上華林堂病院」のご厚意をいただき、6回コースで開催することといたしました。

◆予防介護のための小物づくりレクレーション クラフト研修会

(予防介護施設従事者担当者対象)

<カリキュラム内容>

① 水曜コース 博多南地域交流センターさざんぴあ博多 1F 研修室

(福岡市博多区南本町 2-3-1)

回	開催日	作品		持ってくる物
第1回	5/11 (水)	布草履づくり	作りやすいタオル地で作ります リサイクルでのつくり方も覚えましょう	布用はさみ 針金ハンガー
第2回	6/29 (水)	七夕飾り 他1点	七夕の色々な飾りを作ります	工作用はさみ 目打ち 定規
第3回	9/21 (水)	木の実のコルクボード 他1点	木の実の利用の仕方 e t c	ワイヤーをカットできるはさみ
第4回	11/2 (水)	しめ縄づくり しめ飾り	しめ縄の編み方を覚え、飾り物を付けて 飾りにします	工作用はさみ
第5回	1/11 (水)	縮緬の飾り玉 粘土の飾り玉	お正月にも、お雛様にも応用できる飾り玉 を作ります	布用はさみ 目打ち
第6回	3/14 (水)	レース模様の植木鉢 他1点	簡単ペインティング第2弾です	エプロン

② 日曜コース 村上華林堂病院 会議室2

(福岡市西区戸切2丁目 14-45)

回	開催日	作品		持ってくる物
第1回	5/15 (日)	七夕飾り 他1点	七夕の色々な飾りを作ります	工作用はさみ、 定規
第2回	7/17 (日)	布草履づくり	作りやすいタオル地で作ります リサイクルでのつくり方も覚えましょう	布用はさみ 針金ハンガー
第3回	9/18 (日)	木の実のコルクボード 他1点	木の実の利用の仕方 e t c	ワイヤーをカットできるはさみ
第4回	11/20 (日)	しめ縄づくり しめ飾り	しめ縄の編み方を覚え、飾り物を付けて 飾りにします	工作用はさみ
第5回	1/15 (日)	縮緬の飾り玉 粘土の飾り玉	お正月にも、お雛様にも応用できる飾り玉 を作ります	布用はさみ 目打ち
第6回	3/18 (日)	レース模様の植木鉢 他1点	簡単ペインティング第2弾です	エプロン

<時間> 13:00-16:00

「さざんぴあ博多」5/11のみ10:00-16:00

「村上華林堂病院」7/7のみ10:00-16:00

<定員> ①②会場とも20名

※詳しくはお電話でお問い合わせください。

TEL405-5234・携帯 090-5281-1870 (クマダキ)、携帯 090-4344-1529 (ニシジマ)

～“手づくり出前講習” 情報～

◆ソーシャルサポート相談室「なでしこサロン」

- ☆第31回 5月12日(木) 春の絵とフレームづくり
- ☆第32回 6月2日(木) 春の絵仕上げ
- ☆第33回 7月7日(木) 秋の絵の準備と個人作品
- ☆第34回 9月1日(木) 秋の絵仕上げ



◆ケアホーム「花うさぎ」(デイサービス)

- ☆第15回 5月18日(水) クラフトテープのコサージュ
- ☆第16回 6月8日(水) デコスーツのフォトフレーム
- ☆第17回 7月13日(水) ポリマービーズのストラップ
- ☆第18回 8月10日(水) 小花のポーチ



いつも元気な
なでしこサロンの皆さん。
体操も手づくりも一緒に！
いつも素敵な作品が、アツ
という間に完成します。

◆フラワーガーデン

- ☆第5回 5月12日(木) デコスーツの小物入れ
- ☆第6回 9月8日(木) フェルトのコサージュ

～“手づくり講習会” 情報～

◆“さざんびあサロン”

「博多南地域交流センターさざんびあ博多」との
協働企画です。是非ご参加ください。



回	開催日	作品	材料費	持ってくる物
第17回	6月1日(水)	クラフトテープの小物入れ	500円	定規、筆記具
第18回	8月24日(水)	デコパージュの鏡	500円	筆記具
第19回	10月12日(水)	フェルトのコサージュ	500円	布用ハサミ、筆記具
第20回	11月23日(水)	縮緬の椿の蔓飾り(お正月飾り)	1500円	布用ハサミ、筆記具
第21回	2月1日(水)	粘土の兎のおひな様	800円	エプロン、筆記具

<場所> 博多南交流センターさざんびあ博多 1F 研修室 (福岡市博多区南本町 2-3-1)

<定員> 15名

<講習料> 1回500円

※詳しくはお電話でお問い合わせください。

参加ご希望の方は、開催日1週間前までに、電話でご予約ください。

TEL405-5234・携帯090-5281-1870(クマダキ)、携帯090-4344-1529(ニシジマ)

～感 Do Up! Commit 会～ 福岡市コミュニティビジネス販路拡大センター

活動報告、今後の方針等の発表をしました。

企業、行政、団体、個人の方々との交流会もあり、

とても刺激を受け、また勉強になりました。

独自での活動プラス協働が出来ていけたらと思います。



◆手づくり歳時記◆

苺がおいしい季節になりました。安い苺を仕入れてジャムを作ってみませんか？
保存もできて、色々なレシピで楽しめます。

◎苺ジャム

・苺	2kg
・砂糖	240g
・レモン汁	240g

苺に砂糖とレモン汁(レモンがなかったので夏ミカンの汁を使いました)を振り入れ、2, 3時間放置。火にかけ、灰汁が出たらすくって、好みの固さまで煮詰める。冷めると固まるので少しゆるい程度で火を止めましょう。紅茶やヨーグルトのソースとして使うにはもっとゆるくてもいいと思います。

◎簡単デザート ブラマンジェ

・牛乳	300ml
・砂糖	30g
・コーンスターチ	大きじ 3杯
・バニラエッセンス	少々



牛乳、砂糖、コーンスターチを鍋に入れよく混ぜ合わせる。

鍋を中火にかけ、とろみがついてきたら火を弱めて3分ほどよく練る。

火を止めてバニラエッセンスを入れ、型に入れて冷蔵庫で冷やす。

※手づくりイチゴジャムやマーマレードをのせて食べると初夏のやさしいデザートに。

お世話になります 福岡悠友クラブの皆さんへ

会員 坂本昌子

見かけによらず人見知りの私。

でも・・・仲良くなると、とことんお付き合いをする。「いつも笑顔で温かいですね。」と言われる。

でも・・・優しいばかりではない。私だって怒る事も、大泣きする事もある。

5人姉妹の真中、小さい頃から「誰もやらないなら、私がする。」といった気が強い子だった。

でも・・・本当は小心者で、誰かに頼ってしまいます。今は、天国にいる叔母がいつも言っていた言葉「あなたは気が強いけど、本当は優しい子なのよね。」本当にそうなのか・・・。

自分の性格って、本当は自分で知っているようで知らないかもしれない。子供たち相手の仕事。いやになったわけではない。天職だと思っている。

でも・・・ここいら辺で、少し休憩。今まで経験したことがない何かをしてみたい。

そういえば・・・以前「良かったら遊びにおいで。」と聞いていた悠友クラブ!!初めて悠友クラブの皆さんに会ったのは、とあるイベントの日。

みんな笑顔が素敵!笑い声がいっぱい!みんなで何かを一緒にするって楽しい!決めた!入会!

ここから始まった悠友クラブの仲間入り。今まで作った事が無い物ばかり。器用でない私だけど、私なりに味があるものが出来上がる。

初めて「なでしこ」へ行った日、前日から少々に緊張していたのを覚えている。人生の大先輩の皆さんと共有する時間、最初から終わりまで顔が引きつっていたと思う。人に教えるって難しい。

でも、共有できる時間が楽しい。完成した時の嬉しそうなお顔を見た時は、私まで嬉しくなった。

「熱しやすく冷めやすい性格」と小学校の時に言われる事がある。大人になっても、頭の片隅から離れない言葉。

でも・・・群舞で踊る「HLA」、リボンで作る「リボンレイ」、そして、「悠友クラブ」。この3つは、これから先も続けていきたいと思っている。

悠友クラブの皆様、どうぞ長いおつきあいを。

皐月 (5月)

・立夏 (りっか) 5/6

夏が始まる日。暦の上ではこの日から立秋の前日までが夏となり、初夏の日差しに新緑が輝く頃です。

・小満 (しょうまん) 5/21

陽気が良くなり、万物が次第に成長、そして一定の大きさに達してくる頃。麦畑が黄緑色に色づき始めるシーズン。夏の陽気が満ちてくる頃でもある。暑くもなく、寒くもなく、とても過ごしやすい時期。

風薫る5月。グラスに緑を飾って、初夏を演出してみませんか



気が付けば
9名の仲間が・・・
いつも笑い声が
絶えません。

