

多世代交流の里

すなまち

よっちゃん家だより



2019年
1月号

発行者 委員長 吉野義道
江東区東砂7-9-13
電話03-3644-9264
広報部 杉浦正年



『談話室』 睦月の夜明け

一年間の中で一番、昼間が短いと言えは師走の「冬至」。年が明け、あれから暦は少し進みました。自分の感覚では年が明けるとわずかながら、日没の時刻が伸びたように感じます。天文年鑑で実際に調べてみると、冬至の日没は十六時三十二分でした。でもこの日が一番早いというわけではない、というところが面白いなあ、と思います。一番早い日没は霜月の終わりから師走に掛けての十六時二十八分。実はこの期間が案外に長く、2週間もあります。同じように、夜明けが一番遅いのは睦月の二日〜十三日までの六時五十一分。冬至が一番遅い夜明け＆一番早い日没ではないんですね。このわずかな差のズレを感覚的にわかる人がいるとしたら、それはもう凄い人ですね！



頑張らない運動

地域福祉サポーターの

菊池先生・安齋先生が十一月二十八日に講師としてお見えになりました。三十分ほど体操をしました。個人的感想ですが無理をしない体操なのに、血の巡りが良くなったような気がして身体が温かく感じました。筋肉の衰えは転びやすく最悪の場合には寝たきりのカラダになる事もあります。頑張らない運動の習慣化を目指しています。朝起きたら始めてください。

十二月三日に

干し芋作りが開催されました。

講師はスタッフの磯野 理さんです。お芋をきれいに洗います、蒸し器で蒸します、冷めたお芋の皮をむきます。



子供たちも慣れないながらも友だちと楽しそうに皮をむいていました。磯野さんお手製の芋スライス器を使い上手くスライス芋が出来上がりました。ザルに並べて完成です。持参したみかんのネットにもお芋を入れて美味しくなあれ♡と願いをしました。磯野さん、お芋を提供して頂きありがとうございます。



昭和の名作映画を上映いたします。大画面での鑑賞をお楽しみください。映画館を独り占めしたみたいですよ。いい、お席はお早めにお問い合わせします。

映画鑑賞会は

一月九日

午前十時半より

ただ今より上映いたします。ヴィー...

よっちゃん家シアター



今年は消費税10%になります。使いみちはしっかりお願いしたいものです。さて私達は乳幼児から高齢者まで共に支え合いながら小さなコミュニティを開いています。高齢者に寄り添い、子供たちは何かを学んでほしい、今日も賑やかなよっちゃん家であります様に、と願っています。スタッフの皆さん頑張りました。本年もよろしくお願いたします。

委員長 吉野 義道

