



居場所だより

令和5年5月1日 発行

特定非営利活動法人フリースペースふきのとう

〒857-0874

長崎県佐世保市京坪町8番1号

TEL(0956)25-6222

FAX (0956) 76-8131

のんびりウォーキングを行います！

暖くなりましたね。さて、今月は、ニミッツパークまでののんびりウォーキングをします。親子連れやお友達、どなたでも参加できます。たまには、外に出て、自然の空気を吸って、心身ともにリフレッシュしてみませんか？みなさんのご参加をお待ちしております。

また、今年度より居場所「ぽこ・あ・ぽこ」のほうも外へ出かけたり、居場所の中での活動をしたり、いろいろ計画中です。おたのしみに・・・。

ふきのとうのイベントなどの情報はふきのとうのホームページの月間スケジュールやブログにも掲載していきますので楽しみにしていてね！

居場所だよりのペーパーレス化にご協力を！！

只今、居場所便りを郵送で送っていますが、経費節減のために、メールで送信を致したいと思えます。

メリットとして、家族には見られたくない方たちです。メールにすると本人のところへ届きます。但し、自分のメールアドレスを持っている人に限ります。また、このメールはショートメールは届きません。スマホメール（フリーメール）、PCメールに限ります。

みなさんは、スマホを持っている人もいますのではと思い、その方たちはメールに切り替えたいと思います。

メールで送って欲しい人は、一度、ふきのとうへ空メールを送ってください。メールアドレスの間違いを防ぐ為です。

ふきのとうのメールアドレスは、封筒の表の下に掲載しています。

また、メールアドレスを持ってない人は、今まで通り郵送致します。ご協力の程、よろしくお願い致します。



フリースペースふきのとうでは、ポストカードにする絵を募集しています。

今まで描き溜めた絵やこれから描く絵、写真もOKです。

出来たポストカードはイベント出店で販売することも出来ます。売り上げの80%は作者にお返しします。

詳しくは、フリースペースふきのとうまでご連絡ください。

尚、ハガキの台紙はふきのとうで準備しています。

他にも手作り雑貨やアクセサリなど販売したい方も商品と共に募集しています。

是非、フリースペースふきのとうまでご連絡ください。お待ちしております。



おねがい

※手作り雑貨を作成する人へお願い

イベント出店などでは、キャラクターを素材にしたものは販売できませんので、ご注意ください。

例：スヌーピーやキティちゃんなどの入った布などです。

ご協力のほど、よろしくお願い致します。

ぽこ・あ・ぽこ(対象者:学童期、若者)

火・土(祝日、年末年始、お盆お休み) 13:00~17:00

月	火	水	木	金	土	日
1	2 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6	7
8	9 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	10	11	12	13	14
15	16 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	17	18	19	20	21
22	23 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	24	25	26	27	28
29	30 学習サポート 「数学」 14:30~15:30	31				

◆開所日は、火・土曜日13:00~17:00までですが、祝日、年末年始、お盆はお休みです。

また、自然災害(台風、雪、地震など)で学校が休校の場合も居場所はお休みします。

◆学習サポート「数学」 担当:永富光朗先生

◆英会話 担当:池田和博先生(ぽこ・あ・ぽこの家主さん)

持ってくるもの:NHKテキストブック「英語I」(書店で買って持って来てね!)、筆記用具

学習内容:NHKテキストブック「英語I」を教材にして学習します。また、簡単な英会話やみんながなじみのある英語の歌などを楽しく学びます。時々、外国の方が来所されます。

◆毎週土曜日は英会話が終わった後、ギター教室もしています。担当:池田和博先生

※英会話とギター教室は、担当の池田和博先生が体調を崩されており、只今、お休みしております。体調が戻れたら、再開致します。

◆3/13(月)より、マスクは本人の判断で着用するようになりました。居場所ではマスク着用も自由になりましたが、密になった場合はマスク着用をお願いします。

マスクをしない方も、必ずマスクをご持参ください。



ぼれぼれ(対象者:氷河期、高齢期)

月・火・木・金・土(祝日、年末年始、お盆お休み) 10:00~16:00

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6	7
8	9	10	11	12 のんびり ウォーキング 14時~15時	13	14
15	16	17	18	19 おしゃべり サロン 13時~14時	20	21
22	23	24	25	26 お手玉作って あ・そ・ぼ♪ 14時~16時	27	28
29	30	31				

◆学習サポート「英語」 担当:田向弘文先生

只今、学習サポート「英語」は、希望する子どもがいないので、お休みしています。また、希望する子どもが出たら、再開致します。

◆学習サポート「発達障がい」・小学生 担当:只今、担当される先生を探しております。決まり次第、再開します。

◆開所日は、月・火・金曜日の10時~16時と木曜日の8時~14時までです。

また、自然災害(台風、雪、地震など)の場合も居場所はお休みします。

◆のんびりウォーキングの参加希望の方は13時45分までにフリースペースふきのとう「ぼれぼれ」に来てください。行先は、ニミッツパークです。老若男女、どなたでも参加OKです!タオルと飲み物を必ず持って来てください。

◆3/13(月)より、マスクは本人の判断で着用するようになりました。居場所ではマスク着用も自由になりましたが、密になった場合はマスク着用をお願いします。マスクをしない方も、必ずマスクをご持参ください。





世界のおやつレシピ

～第14回目はトルコ編～

ストラッチ

中東全域で食べられる米を使ったライス・プティング。もちっとして、優しい甘さ。とても簡単です。

【材料】 4人分

米…大さじ1 水…1.5カップ 全卵…1 卵黄…1 牛乳…250g
砂糖…75g 米粉…大さじ2

【作り方】

- ①米を洗い、鍋に水を入れ、かなり柔らかくなるまで煮る。
- ②鍋の水を1カップほど別の容器に取り置いてから、米をザルに明け、水を切る。取った水に米粉を入れて溶く。
- ③空の鍋に、卵と卵黄を入れてほぐす。そこへ牛乳、砂糖を入れ、火にかけて砂糖が溶けるまで混ぜる。
- ④③に似た米と②の水+米粉を加え、混ぜながら沸騰直前まで煮る。（分離するので沸騰させないでください！）
- ⑤鍋の端側がぶつぶつと煮立ってきたら、火を止め、耐熱容器に注ぎ入れる。
- ⑥水を張ったオーブン皿に⑤を並べ、200℃に予熱したオーブンの上段に入れ、表面に焼き色がつくまで蒸し焼きにする。
- ⑦⑥の粗熱が取れたら冷蔵庫に入れ、冷やす。

その他のトルコのお菓子

トルコには「ドンドウルマ」という粘りのあるアイスクリームがあります。長い棒にドンドウルマをひっかけて伸ばしながら販売していて、人気があります。ドンドウルマの材料は、羊の乳と砂糖、そしてサーレップというラン科の植物の根を乾燥して粉にした物。伸びる秘密は、このサーレップ！チョコレートやいちごなど様々な味があります。

ロクムは、コーンスターチなどのでんぷんと砂糖を溶かしてナッツ類を加えた甘くてモチモチしたお菓子です。切るときれいな色があらわれます。ロクムは英語で「ターキッシュ・デライト」と呼ばれ、トルコの喜びと訳されます。また、バグラヴァは、フィロという薄い小麦粉の生地にはピスタチオなどのナッツを挟んで重ね焼きし、バラの香りの甘いシロップをかけたお菓子です。人々はピスタチオが大好きで、ピスタチオの特産地であるガジアンテップという街にはピスタチオをたっぷり使ったバグラヴァのお店がたくさんあります。

トルコってどんな国？

国名：トルコ共和国

首都：アンカラ

面積：約78万 km²

人口：約8,478万人

言語：トルコ語

トルコのあいさつ

- ・はい「エヴェット」
- ・いいえ「ハユル」
- ・こんにちは「メルハバ」
- ・こんばんは「イイ アクシャムラル」
- ・おはよう「ギュナイドゥン」
- ・ありがとう「テシェッキュル・エデリム」
- ・さようなら「ギョリュシュリュズ」

