



～読書の秋、スポーツの秋、芸術の秋になりました～

先月の台風14号、みなさんのお住いの地域は大丈夫でしたか？いよいよ「読書の秋」「スポーツの秋」「芸術の秋」になりました。みなさんの思い思いの秋を満喫して過ごしましょう！

11月より居場所「ぼれぼれ」では、精神的に辛い人が元気になって社会へ一歩踏み出せる場として再開致します。また、そこで、ワークショップや昼食づくり、レクレーションなどを行っていき、いろんな方たちとのコミュニケーションの場に生まれ変わります。ぜひ、ご参加ください。

詳しくは来月チラシを配布します。

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。

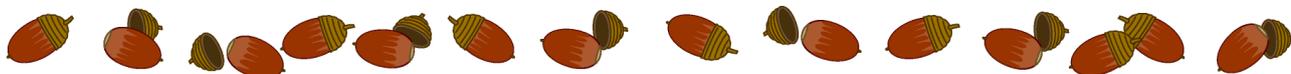
みなさんは、スマホを持っている人もいますのではと思い、その方たちはメールに切り替えたいと思えます。

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ー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。



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|------------------|-------------------------------------|----|----|----|----|----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 学習サポート 「数学」 14:30~15:30 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 スポーツの 日 | 11 学習サポート 「数学」 14:30~15:30 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 学習サポート 「数学」 14:30~15:30 | 19 | 20 | 21 | 22 | 24 |
| 25 | 26 学習サポート 「数学」 14:30~15:30 | 27 | 28 | 29 | 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
- ◆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。体調が戻られたら、再開致します。
- ◆コロナ感染予防のため、居場所を利用する時は、来る前に検温と水筒持参、マスク着用をして来てくださいね。



ぽれぽれ(青年期)

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 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 スポーツの 日 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

◆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時までですが、急な用事や出張などで出かけることがあります。ご用の時は事前にご連絡ください。
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。
上記の他に、フリースペースふきのとう主催の行事の翌日の場合も居場所兼事務所はお休みします。

●10/7(金)事務局が目の治療のため、お休みさせていただきます。

◆コロナ感染予防のため、居場所を利用する時は、来る前に検温と水筒持参、マスク着用をして来てくださいね。

◆ぽれぽれは、佐世保市より委託を受けて実施している事業です。今、社会では新型コロナウイルスの感染状況によってレベルが設けられています。レベル4になった場合は、市の要請によりお休みするようになって言われていますので、佐世保市のホームページにて掲載してありますので、そちらでご確認をお願いします。また、ふきのとうのホームページのブログでもお知らせ致します。





世界のおやつレシピ ～第7回目はインド編～

キール(ミルク粥)

冷たなくても温かなくても、どちらでもおいしいスイーツです。

【材料:4～8人分】

米(あれば長粒米)…1/2合(75g) 牛乳…4カップ カルダモン…4～5粒
砂糖…50～60g レーズン・ローストカシューナッツ…各30g

【作り方】

- ①米はさっと洗い、たっぷりの水に浸して30分ほどおき、ざるにあげて水気を切ります。カシューナッツは粗く刻みます。
 - ②フッ素樹脂加工の鍋に牛乳、①の米、カルダモンを入れて中火にかけます。沸騰したら弱火にし、焦げつかないように時々鍋底から混ぜながら30分ほど煮ます。
 - ③米が柔らかくなったら砂糖、レーズン、カシューナッツを加え、さらに10分ほど煮ます。
 - ④カルダモンを取り除いて器に盛ります。
- ※冷めて硬くなった場合は、好みの柔らかさになるまで牛乳か水を生和得て混ぜると良いでしょう。

砂糖たっぷりの甘いお菓子

インドにはさまざまな甘いお菓子があり、お店でもたくさんの種類のお菓子が売られています。家庭でよく作られるのは「キール」というドロツとしたおかゆのようなスイーツ。材料はお米と牛乳や砂糖で、レーズンやナッツを入れて煮込みます。

他に溶かした砂糖に小麦粉や豆、ナッツなどを入れて固めたサクサクした飴菓子「ソアン・パプリー」も人気です。

インドってどんな国？

国名:インド共和国

首都:ニューデリー

面積:約328万7,000km²

人口:約13億8,000万人

言語:ヒンディー語

インドのあいさつ

- ・はい「ジー・ハーン」
- ・いいえ「ジー・ナヒーン」
- ・こんにちは「ナマステー」
- ・こんばんは「ナマステー」
- ・おはよう「ナマステー」
- ・ありがとう「ダニャワード」
- ・さようなら「ピルミツテー」

