

輝き続けることを望み手作りの活動を！

発行 しなやかシニアの会

事務局 リユエルしなやか

住所: 520-0043 大津市中央1丁目9-3

電話/FAX : 077(558)7233

e-mail: shinayaka077@nifty.com

HP: <http://www.shinayakasenior.life.coocan.jp>

### あけましておめでとうございます

昨年のお世相を表す漢字は「金」、オリンピックの金も含み選ばれた様です。卓球の福原愛選手がメダルを取り、そして結婚会見で月の土地を彼に贈ったと言っていました。勝手に月の土地を売っていいの？と疑問が。販売権はさすがアメリカの会社。1 エーカ

ー(サッカー場くらいの大きさ)が2700円、手の出る範囲で大人気。餅つきのうさぎやかぐや姫の居場所が無くならないかしら？ いえいえ、夢のある宇宙の話と捉えましょう。本年も宜しくお願い致します。

## 1月、2月のご案内

### 新年交流会 (ゲーム大会)

1月25日(水) 13時30分～

色々なゲームの中から好きなのを渡り歩いて・・・全体ゲームでは、トップ賞、ブービー賞も！

**子どもの頃に戻って！大いに楽しみましょう～**

参加費 500円 お善哉付き

### 冬の一献 お酒の会

2月19日(日) 16時～

冬の恒例、布施明美さんプロデュースのお酒の会です。今年が目玉は何か？酒のあてはスタッフが腕によりをかけて(?) 臨みます～

### フラダンスサークル



スタート

第一、第三金曜日  
午後2時から

3時まで。

講師はチャーミングでお話すると更に楽しい佐藤恵理子先生。

参加費は一回500円  
ご参加お待ちしております

申し込みは電話・フックス・メール

充実した集いがあつという間に過ぎても楽しい一日をありがとうございました。又、機会があれば参加させて頂きたいと思っております。(大森美代子)



11/18 シニアの目で覗いてみよう  
「コートジボワール編」  
「参加中」  
先ずはコートジボワール留學生のSOKOさんという好青年が映像を見せながら自国を紹介されました。立命館大学の先生も同席されていて、私たちにとても詳しく通訳して頂き、コートジボワールという国が想像していた以上に発展して、これから増々進歩していく国だと感じました。そして国民性なのでしょっか、SOKOさんから溢れる明るく素朴な人柄で家族や村々の方とも仲良く楽しく暮らされていると聞き、昨今薄れてきた日本の昔の風情をふと思い起しました。次にコートジボワールの踊りをし、リフレッシュしました。最後にスタッフの方が作られたコートジボワール料理を頂きました。白身魚の団子と野菜たっぷりなフイヤーベース、クスクスサラダ、バナナとクスクスで作ったデザート等珍しい料理ばかりで、お味はとても淡泊でおいしく頂きました。

### 12/14 郷土料理講習会に参加して

滋賀特産の丁字麩、赤こんにゃく、日野菜を使った郷土料理の料理教室は、講師の松村さんが事前に下ごしらえして下さっていた材料を使ったので、黒豆ご飯が炊きあがる一時間で、丁字麩の辛子酢味噌和え、赤こんにゃくのロール巻、かす汁、カステラ風厚焼き玉子が出来上がりました。大皿に美しく盛り付けて、料理談義を楽しみながら参加者全員でおいしく頂きました。



### 8/23(火)

#### フェアトレードから見えてくる

パレスチナのオリーブオイル等がどんな状況の中で作られたのかなど、学べることが沢山！そして美味しい試食も加わってゆったりとした時間でした～

### 9/29(木)

#### お話とヘルマンハーブ

##### 一心を看とる生き方

まず、自らの身体、心を見つめることから始まる・・・という導入からお話は弾んで～

**Home Page のアドレスが変わりました。変更おねがいます！**

予定・お知らせは Home Page に随時のせておりますので、是非、チェックして下さいね。

「しなやかシニアの会」で検索すると出てきます♪ HP: <http://www.shinayakasenior.life.coocan.jp>