



# マンスリーWANATH

2011年5月号

編集・発行 クラブハウスWANATH



【H23年5月25日. 撮影】

## WANATHのメンバー達で近くの公園へ散歩に行きました

いつも活発に活動しているWANATHのメンバー達ですが、いつも母屋の中で活動していますがたまには外に出て息抜きをしても良いのではないかと思います、WANATHから歩いて3分ぐらいの近くにある公園へメンバー全員で、バトミントンやボールなどを持って寛ぎに行きました。たまには外で活動するのも良いもので、公園まで歩いて良い運動にもなり、また太陽の日の光を浴びることによって、健康的にもなり良い1日でした。

## 気分転換で公園へ行きました！

メンバー石田

5月屋下がり、皆に誘われて公園で気晴らしをしようと誘われたのですが、そしてエコキャップ20,000個達成の記念写真を撮るという話だったのですが、大人気なくださをこねてしまいました。5月と言う事で、5月病だったのかも知れません。新緑が目によさしい時期でもあるのですが、気分がのりませんでした。重い腰を上げて公園に着いて見るとなんと清々しいのでしょうか。五葉のクローバーまで見つけてもらいました。S君やWさんは部屋に閉じこもっていた憂さ晴らしに思いっきりスポーツをしていました。気がすすまない時も現地に行ってみればいい事があるなとおもいました。記念写真を撮ったり、久しぶりにブランコに乗ったり、他の皆は坂上がりなどをしていました。やはりお腹にぜい肉が付いたらしく、小学校の時には出来た鉄棒が全く出来なかったようです。今度はエコキャップ20,000個達成の記念写真を撮りに出かけたいと思います。



メンバー鈴木



ひさしぶりに公園に行ってきました。子供頃には実家の近くの公園で遊んでました。サッカーやソフトボールなど色々やりました。懐かしい思い出です。今回は、メンバーさんと一緒に瓦町公園に行ってきました。遊んでみて大人でも童心に帰って充分楽しめました。特にサッカーを(K.A.)さんと100円ショップで買った軟式のゴムボールでサッカーをしました。自分動けるなって感心してしまいました(笑)予想外に楽しめたので大満足でした。ブランコも楽しかったです。それと(S.S)先生が一生懸命四葉のクローバーをさがしてくれて女性的な一面もみえました(笑)幸せを運んでくれる四葉のクローバーを自分にも探してくれて感謝感謝と思いました。また来たいと思います。ありがとうございました。

## エコキャップ5月31日で22,545個達成しました！

メンバー阿部

クラブハウスでは、エコキャップの回収をしています。エコキャップをメンバーさんが積極的に、各自販機の回収場所に集めに行き、今は2万個まで集まりました。因みにキャップ(800個で、ワクチンが買え)1人の子どもの命が救われます。キャップは汚れているものもあってバケツに入れて洗剤で何回も洗い、汚れをすっかり落とします。天気の良い日は外に干して乾かします。これからもドンドン、たくさん集めたいと思います。クラブハウスの近くに住んでいる女性が両手一杯袋を下げてたくさんキャップを持ってきて下さいました。

感謝の気持ちで一杯です。今後もこの活動が広がっていくと良いと思います。

メンバー兵藤

2月に10,000個達成してから、たったの3ヶ月で約20,000個達成しました。エコキャップがいろんな形と大きさがあって、選別しながら洗って、それから汚れたキャップを歯ブラシで綺麗に洗うのが大変でした。たったの3ヶ月で約10,000個以上集まったので、毎日大量のキャップの洗浄に大変苦労しました。1日約900個位しか洗えないのが大変でした。また、洗ったキャップを干す入れ物や場所の確保にも苦労しました。洗浄するのにお湯を沸かさなけ

ればならなく、また、キャップの上にシールが貼ってあるのがたくさんあり、それを一つずつ剥がすのも苦労しました。キャップが汚れていると水がすぐに汚れてしまうので、また水を交換するのにお湯を沸かさなければならなく、そのたびに床が水浸しになってしまい大変でした。しかし、たった3ヶ月で10,000個集まったのは嬉しい限りです。総合計で約22,000個以上集まったのも皆様のご協力のおかげです。有難うございました。これからもよろしくお願い致します。



## ★5月のアラカルト★

### ● 5月は私、渡辺の誕生日 ●

5月と言えば私渡辺の42歳の誕生日を迎えました。日にちは13日です。今年の誕生日は13日の金曜日でした。何か悪い事でも起きなければ良いのだけど…。WACと契約したのはH12年11月なので、その時は40歳の時でしたからもうWACと契約して1年半ぐらいになるでしょうか？長かったような、または短かったような感じがしています。誕生日を迎えてまた一つ歳を取ってしまいました。心配なのが就職です。歳を取ると就職は不利になって行き、また求人数もあまりありません。主治医と相談しましたが、この調子で行くとあと一年ぐらいすれば就職出来る様になるのではとの見解でした。病気がだんだん良くなってきていると言われました。生活保護の生活はキツイです。罪悪感が心のどこかにあり、早く就職しなければと焦ってしまいます。主治医がOKと言えればすぐにも就職活動するつもりです。そうするとWACやWANATHとは縁が切れてしまいますが、就職できたらWACやWANATHでの活動の成果と思い感謝するつもりでいます。早く就職して自立した生活をしたいですね。

あとは結婚でしょうか？もう40歳を過ぎているので結婚も考えなければなりません。しかし、全く出会いが無い私に結婚は難しいですね。最終手段としては、結婚相談所などに登録をして相手を探すしかないですね。1人暮らしは楽ですけど、淋しい一面もありますし、老後の事を考えたら結婚の方が良いのかもしれないですね。こればかりは縁ですし、出会いですし、むずかしいですね。

## 新メンバー紹介

### 菊池久子さん

#### ●初WANATH●

はじめてWANATHに来たのは5月5日の子供の日でした。私と先生以外男性だったので、最初はやっぱり緊張しました。何をすれば良いのかも分からず、たしか「窓拭き」をしたような…。だけど、ただ窓拭きをしただけなのに、みんなが「ありがとう」と言ってくれた事は覚えています。皆、「ゆっくりすればいいよ」と優しく気遣ってくれました。WANATHは何だか時間がゆっくりと流れていく、不思議な空間です。最初は「こんなにゆっくりしていいのかな？」と少し戸惑ったけど、今は皆と仲良くなりWANATHにくると「ああ帰ってきた」とまるで家に帰ってきたかのような安心感のようなものを感じます。たまにはゆっくりするのも大切な事だなぁと思いました。今日も私はWANATHに来て皆と笑いながらゆっくりとした時間の中で活動しています。



## 5月のベストメニュー【豚肉とナスのなべしぎ】



### 【材料】

ナス、ピーマン、赤味噌、砂糖、みりん、酒、豚肉、卵、ハム、調味料、塩コショウ、醤油、中華味

### 【作り方】

- ①合わせ調味料を混ぜ合わせる
- ②鍋に豚肉を炒める
- ③ナスを加えて炒める
- ④ナスがしんなりしたらピーマンを加えて炒めて出来上がり

### ※玉子スープのポイント！

ハムを小さく切る。玉子と醤油と塩コショウを少々混ぜて卵を入れる。

### 玉子スープの作り方

- ⑤水を入れて中華味を入れる
- ⑥ハムを入れる
- ⑦卵を入れる
- ⑧醤油と塩コショウ少々入れる

## 感想

ナスの煮物は前から好きでした。味噌が隠し味のなべしぎはとても御飯が進みました。なべしぎは前から好きでした。ナスの甘味と豚肉の旨みとピーマンの旨みが絶妙で、甘味噌じたての食べ物は三河地方ではソウルフードではないかと思いました。(A. I)

## ワナス&WACNET. 今後の予定

2011年 6月 11日(土) ジンギスカンパーティー  
2011年 7月 30日(土) クラブハウス WANATH3周年記念  
—「クラブハウス」地域市民フォーラム—

## ボランティアさん大募集中！！

キッチンユニットで、昼食づくりを一緒にして下さる方を募集しています。  
メンバーと一緒に、献立、買い出し、調理、片付けをお願いします。  
昼食は12時からです、おしゃべりも楽しみつつ、和やかに頂きましょう。  
日時：月～金曜日 10時～ 持ち物：350円、米一合、エプロン  
月1回程度の参加でもかまいません。  
また、何かボランティアをしたいお方、お気軽にご連絡ください。  
メンバー一同、お待ちしております。



## 編集後記

今月号はメンバーの皆さんの協力により、たったの2～3週間で作成する事が出来ました。遅れに遅れていたマンスリーWANATHの発行もやっと追いついてきました。これからもこの調子で頑張ってマンスリーWANATHを毎月作成していきたいと思えます。