

ゆめだより

ニニろっと

河内長野駅から歩いて3分！バス通りにある地域活動支援センターです。
 軽スポーツや趣味の活動のほか、地域との交流活動ができる場所です。のんびりとくつろぐ場、
 仲間作りをする場としても利用できます。生活に関する相談や福祉サービスに関する相談も行っています。
 一度のぞいてみませんか？メンバー、スタッフみんなでお待ちしています！



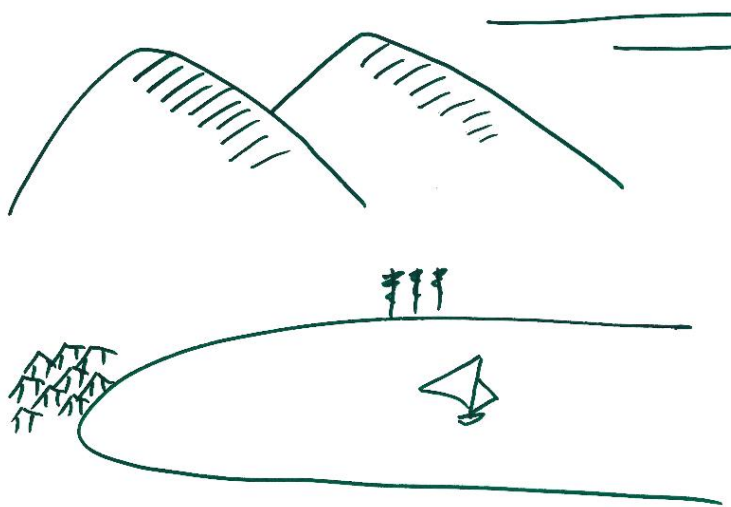
▶メンバーの声

メンバーの声『大切にしているモノはなんですか』

- ☺学生時代の合格通知書 ☺人との縁 ☺親や兄弟
- ☺セピア色の思い出 ☺犬 ☺旅行先で買ったブレスレット
- ☺人に気遣いすること ☺命・金・親 ☺ペット
- ☺旅行先で買ったペン立て ☺ぬいぐるみ ☺目



▶投稿スペース



侍の 兄弟で 辞任でも 栗山が 団枝が 大山が 土俵入り 西東	栗栗コンビ しのぎを削る すがすがしさを 栗を食べ食べ 枝豆・食べて 大きい山を 男を上げる 台風進路	躍動し 甲子園 保つ菅 2000本 金メダル 越えピース 照ノ富士 天・地獄
--	--	---

青空 ☺

大輪の花火が上がる夜空かな
かき氷すくって食べる縁側で

22

2022年8月

☺ 印の日はお休み (土日祝日は休みです。)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 <u>13時から閉所</u>	4 手芸 13:30~ (1階)	5	6 ☺
7 ☺	8	9	10	11 ☺ 山の日	12 メンバーミーティング 13:30~ (1階)	13 ☺
14 ☺	15 ☺ センターお盆休み (8/15)	16	17	18	19	20 ☺
21 ☺	22	23	24	25	26	27 ☺
28 ☺	29	30 ☆ ボードゲーム 13:30~ (2階)	31			☺

※カレンダー内、☆印がついている日は、ボランティアさんの参加が可能な日程です。

ニころっとからのお知らせ

- ・毎週金曜日は、ゴミ集めを行います。
 - ・8月3日(水)は、職員会議のため、午前中は閉所です。13時から閉所します。
 - ・8月15日(月)は、お盆休みのため、地域活動支援センターは閉所となります。
- 相談支援事業所は、通常通り開所しておりますので、来所でのご相談は、事前にご予約ください。



▶ボランティアさんからの連絡

☆ボランティアの吉村です☆

「プレサロン」をやることになり、急速「コーヒーの淹れかた」を本で学んでいます。コーヒーのない時代に生まれ、「コーヒーは贅沢」の時代に育ち、今も日常はインスタントとコンビニ、たまに喫茶店に行っても「ブレンド」、酸いも苦いも解らず、知識とテクニックの習得には相当の努力と時間が必要です。本によれば、

1. コーヒーを淹れるのに大切なことは、豆選び、焙煎度、豆の挽き方、お湯と豆の比率、抽出温度・時間である。
2. コーヒーの味わいの判定基準は、香り、口当たり、苦み、酸味、甘み、味の強さ、スッキリ感、あと味などである。
3. 抽出フェーズでは、コーヒーの成分をいかに効率よくお湯に移すかが重要で、蒸らしと本抽出において、コーヒーの粉とお湯の触れ合いをより密にするためのテクニックが必要になる。

「たかがコーヒー、されどコーヒー」試行錯誤しながら最高の一杯を目指したいと思います。

メンバーの皆さんも、自分好みの「世界に一つ」の味を探し当て、至福のひとつときを楽しんでください。

🌸こんにちは。ボランティアの谷です🌸

7月から8月にかけて、仕事や家の用事で、なかなか、こころっとに行けません。7月のプレサロンは、参加したかったです。9月には、少し時間ができるかな。コロナの感染状況も心配です。熱中症とコロナにならない様に気をつけてお過ごしくださいね。

🌸ボランティアの白井です🌸

コロナでお休みにになり、前回のミーティングでは久しぶりにお会いでき嬉しかったです！
旅行も行けなかったのですが、4月12日から15日まで熊野古道の中辺路に行ってきました。
1日目は、紀伊田辺からバスで滝尻王子まで行き、高原熊野神社まで1万894歩 歩きました。
2日目は、継桜王子まで2万395歩 歩き、3日目は、新宮まで4万678歩 歩きました。
この日は予期せぬ迂回路がありきつかったです。4日目は、那智大社まで9962歩歩きました。
那智の滝を見てきました♪

ニころっと利用について

- ◎利用時間帯については、「10:00~15:30」となり、予約制ではありません。
- ◎飲食は、飲食コーナーを利用してください。
飲食の時間は自由ですが、飲食中は黙食をお願いしています。
飲食コーナーを使った後は、ニころっとの消毒液で、机などの消毒をしてください。
- ◎喫煙所に灰皿はありませんので、喫煙所を利用の場合は、携帯灰皿を持参してください。