

ゆうがお通信

〒329-0511

下野市石橋950-2

下野市地域活動支援センターゆうがお

電話・FAX 0285-53-4621

令和2年<秋号>

すっかり秋らしくなり、朝晩と冷え込む日も増えてきました。季節の代わり目は体調を崩しやすいので、さらに体調管理に力を入れて元気に過ごしたいものです♪しかし、たくさんの誘惑がある時期ですね！！お鍋やおでん等のぽかぽか温かい物コタツで食べるみかん、ぬくぬくのお布団、焼き立てのたい焼き・・・寒くなるとこんな誘惑には負けてしまいそうになります🍊最近、ゆうがおの近所のたい焼きが好評で、甘い誘惑に負ける人が続出しています(笑)たとえ誘惑には負けたとしてもコロナウイルスやインフルエンザには負けないよう全集中して日々を過ごしましょう！

ゆうがお



プログラム&メンバー企画の案内



9月10月に実施したプログラムとメンバー企画をご紹介します♪

みんなで協力して行うことで、お互いの笑顔に元気をもらい、次の活動に繋がっています♪

📺

スポーツ大会

地域の行事が中止になり、交流室で実施しました♪玉入れ、パン食い競争、万歩計リレーなど計6種目☆チーム対抗で“青チーム”が最後に逆転勝利！！白熱した時間でした♪



📺

ハロウィンパーティー

巷で噂のハロウィンとやらを、ゆうがおでも楽しんでみた～いと初めて実施しました♪
昼食はハロウィン特別メニューでした🍴
・サンドイッチ ・男性陣手作りのシチュー
・チーズケーキ テコレーションクッキーを添えて
今回は男性陣が調理担当、女性陣はデザート担当してくれました～！ご馳走さまでした♪
昼食後は、思い思いに魔女や女性に仮装してお菓子探しやトイレットペーパーでぐるぐる巻きになってミイラになりきって楽しみました～🎃



調理実習

- ・炊き込みご飯
- ・なすのしぎ焼
- ・すいとん
- ・フルーツポンチ

今回は秋のメニュー🍁大満足な出来でした♪

📺

📺

バーベキュー

夏の終わり「今年の夏はバーベキューも出来なかった・・・」という声から立ち上がった企画♪コロナ禍のため、会場を借りるのは難しいので、交流室でやろう！！と男性陣たちは何が食べたい？やっぱり肉だよね！と話し合い、買い出しに奮闘しました！！上手にたくさんのお肉をゲットしたので、ひと夏分のお肉を満喫して大成功した企画でした♪



ゆうがおピア部コーナー

ゆうがおピア部では、ピアサポーター交流会に参加したり、ゆうがお内で活動について話し合ったりして、ピアサポーターについての理解を深めています。皆さんにもっとピア部について知ってほしいという思いから、「今回はピア部のメンバーを紹介をしよう！」ということになりました☆皆さんが話しをしてみたいピアサポーターを見つけてみて下さい☆

ゆうがおではオセロクイーンです。
悩んでいる人や話を聞いてほしい人と、
いろいろコミュニケーションをとっていただけ
らいいなと思います。

好きなものはカラオケとジャニーズです。

H. T 🎵

この度、スタッフ様やゆうがおのメン
バー様のご支援とご協力を賜りなが
ら、ピアサポーターに志願させていた
だくことになりました。

趣味はポップなかわいいもの集め、
特技は二度寝、好きな食べ物は高カロ
リーなこってり系です。

S. H 🍀

こんにちは。今年からピアサポーターに
なった「もぐらもん」です。私は絵を書くの
が好きです。ゆうがおでコミュニケーション
を学んでいます。

私は、信頼されるピアサポーターになりたい
です。

もぐらもん 🐹

今まで人に言えなかった話や、悩みと
かを話し合えたらいいと思います。

趣味は将棋、音楽鑑賞です。

よろしくお願ひします。

N. O 🍵

ゆうがお新スタッフのご紹介

10月より、ゆうがおに新スタッフが入りました☆今後とも、よろしくお願ひします！！



小川沙織(おがわ さおり)と申します！

好きな食べ物はカレーで、激辛料理も大好
きです♡

ゆうがおの皆様と一緒に活動しながら、不
安や心配事を少しでも解消していただける
ように頑張ります。宜しくお願ひします！

☆お知らせ☆

11月より山崎が産休に
入ります。また皆さんに
お会いできる日を、楽し
みにしております☆元気
な子を産んできます！！



おわりに・・・

今年も残り2ヶ月となりました。歳を重ねるごとに、1年が早く感じる今日この頃。令和2年はコロナウイルスの影響から、私たちの生活が一変した年となりましたね。様々な制限と先の見えない戦いから、辛く不安な日々もありました。そんな中でも皆が協力しながら助け合い、工夫をしながら新しい生活スタイルを作り上げていくことで人々の温かさや、家族や仲間の大切さを再確認することが出来ました。来年もコロナウイルスの脅威に負けることなく、明るく楽しい生活を作っていきたいですね。

今年もゆうがお通信を手にとっていただき、ありがとうございました♪また来年をお楽しみに☆

良いお年を
お過ごしください！

