

話す、つながる、みんなの時間



今月のテーマ

「私の元気のヒミツ」

お笑いネタで笑っています クロワッサン

ダジャレやギャグのネタを真剣に考えることです。考えた揚げ句、たいていは一人で笑っているだけですけれどね。

プチ大掃除ですっきり わらびもち

プチ大掃除をします。普段見ないふりをしている隅っこ1カ所だけ丁寧にやると気持ちが満たされます。時期的にも年末の大掃除の中間地点で合理的です。

ノリノリごはん作り♪ なおみ

晩ごはんを作る元気がない時、ノリのいい曲を少し大きめの音量で流します。野菜を刻むうちにだんだん元気が出てきて、ただのみじん切りも超みじん切りに！そこからは重いフライパンも鍋もドンと来いや———!!

成長は無量大 わびすけ

一昨年から近くのスポーツジムに通い始めました。全くのカナヅチだった私ですが、初級クラスに入って基礎を教えてもらい、今ではクロールで100m泳げるようになりました。「70の手習い」、いくつになっても成長できるのですね。体重も8kg減るというオマケもつき、大満足です。次は200mが目標です。

自然の中でゆったりお散歩 ガーコ

晴れていれば、歩きます。宝ヶ池公園の山コースを歩き、汗をかき、歌い、森林浴。自然の中にいると癒されます。雨で外に出られない時は、物づくり。作りかけの裁縫、工作、ちょっとしたことに集中します。達成感で元気が出ますよ。

スイーツ楽しんでます やす

和洋問わずのスイーツです。いろいろ検診で引かかる身としては、お饅頭なら半分もしくは4分の1(笑)。小袋お菓子も迷わず残す(笑)など、涙ぐましく楽しんでます(笑)

フリートーク

Q 教えて！宅配空き袋の活用法 だーこちゃん

毎週配達の際に商品を入れてもらっているポリエチレン袋は、今はごみをまとめるのに使っていますが、それ以外に何かいい使い方をされている方がいたら、教えてもらえませんか？

おいしいチャレンジ 今日の晩御飯

休校中、息子たちがお菓子づくりに励んでいます。作り始めた理由は分かりませんが、プリン、ブラウニー、シュークリーム、チーズケーキなどを作っています。気が沈むこともありますが、いろんなことに挑戦する良い機会と思っています。

前髪は大事よ おばさんエイター

前髪がかなり伸びきって、耳にかけるとおばさんマックスに。自分で前髪を切ったらクセ毛のせいで目の中に入れてうっとうしく、仕方なく美容院でカットしてもらうことにしました。最初からカットしてもらえばよかった。かれこれ何回自分でカットして失敗したことか。



育てるって、すてき。



材料に悩みます

I・M

皆さんはどんな植物でグリーンカーテンを作っていますか？昨年、あるお宅で朝顔の素敵なグリーンカーテンを見て、わが家も来年は…と想像していましたが、ゴーヤを楽しむにしている甥っ子のことを考えると…。叔母バカな私です(笑)