

山の木々も少しずつ色づき、美しい紅葉の景色を楽しめる季節になりました。一方、日増しに寒くなると同時に日没も早くなり、「秋」は何となく寂しいものですね。しかし、「秋」のお日様は大変貴重です。お洗濯に布団干しなど、これからの寒さに備え、一日一日大事にお過ごしくださいね。

## ひなんオヤジの集い

## そば打ちに挑戦しました！



「ひなんオヤジの集い」が、10月18日(日)くしびき地域にある「ふるさとむら宝谷」で開催され、8名が参加しました。にこ♥ふるの駐車場を出発し、宝谷までの約30分間、バスに乗ってのミニツアーです。

早速そば打ちに挑戦です。そば粉をこねるところから苦戦です。この作業は、出来上がりに影響するため、体全体の体重をかけ一生懸命こねました。次は伸ばしです。厚さが均等になるまで、そして穴を開けないように丁寧に丁寧に伸ばしていきます。

最後はそば切りです。テレビで見る職人さんのようにリズムカルに・・・とはいきませんが何とか「そば」らしくなりました。

打ちあがったそばをゆでている間に、看護協会 まちの保健室の阿部さんより「ほどよく、楽しく、いいお酒」と題してお酒との上手な付き合い方をご指導いただきました。

さあ、いよいよ昼食です。天ぷらと地酒をお供に自分が打ったおそばをいただきました。太いそば、細いそば、短いそばなどさまざまでしたが、自分が打ったそばは最高！！でした。

食事の後は、女性顔負けのおしゃべりや、ハンドマッサージをしていただきながら、秋晴れの中のんびりとした楽しいひと時を過ごしました。



## おじゃましま～す

11月より、鶴岡市社会福祉協議会の生活支援相談員が、みなさまのお宅を訪問させていただきます。

昨年同様、山形県や鶴岡市から大切な情報書類や粗品などをお預かりし、お手元に届けさせていただきます予定です。

また、みなさまの声を聞かせていただき、山形県や被災元にお伝えできればと考えておりますので、よろしく願いいたします。



## 【10・11月の予定】

10/26 月	11/8 日
27 火	9 月
28 水	10 火 <b>避難者相談会</b> 12:30～15:00 会場：鶴岡市役所 4階ロビー ※ 福島県職員がおいでになり、生活支援相談員等も同席する出入り自由な相談会です。 ※ お昼休みもOKです。
29 木	11 水 <b>図書館開館 100周年記念事業</b> 18:30～ 会場：中央公民館 ※ 文学イベント 鶴岡市在住直木賞作家 佐藤賢一氏と文芸評論家 池上冬樹氏のトークショー ※ 問) 鶴岡市立図書館 ☎ 0235-25-2525
30 金 <b>編み物教室</b> 9:30～11:30 会場：宝田住宅集会所 ※ 編み物に加え、布地を使ったソーイングや健康相談ができます。 ※ 出入り自由ですので都合のいい時間においでください。 ※ おしゃべりだけでもOKです。「ホッと一息」できる場所です。 <b>法律無料相談(山形県弁護士会)</b> 会場：鶴岡法律相談センター(勤労者会館内) ※ 避難者相談であることを伝えてください 16:00～18:00 (要予約) ※ 申込み) 山形法律相談センター ☎ 023-635-3648	12 木
31 土	13 金 <b>編み物教室</b> 9:30～11:30 会場：宝田住宅集会所 <b>法律無料相談(山形県弁護士会)</b> 会場：鶴岡法律相談センター(勤労者会館内) <b>こころの健康相談</b> 13:30～14:30 15:00～16:00 会場：にこ♥ふる ※ 「眠れない日が続いている」「気分が沈み元気がない」「閉じこもりがちで心配」などでお困りの方ご相談ください ※ 無料ですが、予約が必要です 鶴岡市健康課 ☎ 0235-25-2111 内線 364
11/1 日 <b>鶴岡シルクガールズ♥コレクション</b> 11:00 13:30 会場：マリカ市民ホール(鶴岡市末広町 3-1) ※ 鶴岡中央高校生によるファッションショー	14 土 <b>週末寺小屋</b> 13:30～15:30 会場：にこ♥ふる3階 栄養指導研修室 ※ 小学1年生から高校生までの学習支援です ※ 申込み、問) 子ども支援ボランティア「チーム飛躍(ひやく)」 ☎ 0235-64-1768 Eメール： <a href="mailto:jjmori@hotmail.co.jp">jjmori@hotmail.co.jp</a>
2 月	15 日 <b>図書館会館 100周年記念事業</b> 13:30～ 会場：鶴岡市立図書館本館 ※ 講演会「江戸藩邸の庄内藩士」 講師 金行信輔氏等 ※ 問) 鶴岡市立図書館 ☎ 0235-25-2525
3 火 <b>文化の日</b>	
4 水	
5 木	
6 金 <b>編み物教室 &amp; 健康相談</b> 9:30～11:30 会場：宝田住宅集会所 ※ 編み物に加え、布地を使ったソーイングや健康相談ができます。 <b>法律無料相談(山形県弁護士会)</b> 会場：鶴岡法律相談センター(勤労者会館)	
7 土 <b>紅葉の高館山を歩こう!</b> 9:00 集合：自然学習館ほとりあ ※ 参加費：500円 11/5 申込み〆切 ※ 問) ほとりあ ☎0235-33-8693	

