

メンバー、ボランティア、学生
みんな仲間!

令和2年9月号

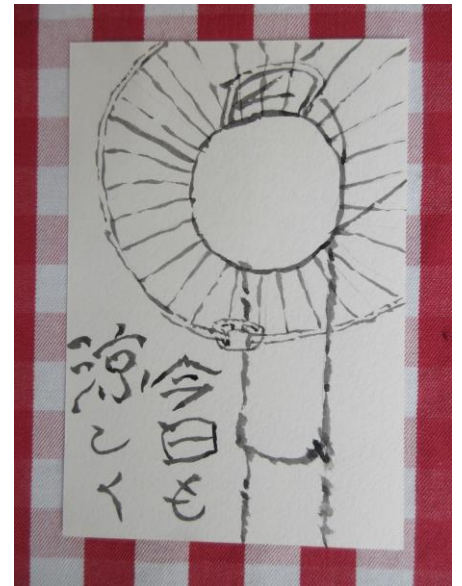
けやきと仲間 めーる



こころの病と闘っている人々と千葉大学生や周囲地域との協働の会 地域活動支援センター「けやきと仲間」

令和2年9月1日(第185号)

夏の絵手紙



描くことに集中していると、暑さも忘れていました。これも一つの暑さ対策でしょうか。

ビルと塀の合い間で暑さを凌ぐネコちゃん。
けやきと仲間の階段の踊り場から「おはよう」と声をかけると、こちらをしてくれます。午後には、いなくなります。



私の暑さ対策 久しぶりにボウリングに参加しました。ボウリングの前にエアホッケーをしました。1対1で勝負！最初は遊びでしたが、やっていくうちに熱くなり気持ちが盛り上がりました。この単純さがたまり面白いです。熱さが暑さを忘れさせてくれました。尚、ボウリングの方が最下位でした。(恥ずかしい!) T・G



カラオケの終わりの談笑

その中で歌唱力抜群のY・M子さんのお話を紹介します。

先日、卓球・バドミントンに参加してみたら、すごく楽しかったです。今度は、ぜひにと誘ってもらっているバレーボールにも行きたいです。今は中断している昼食作りにも参加したいです。

馬田さんからのメッセージです。

流尾さんもうはや1年ですか・・・存在感が有りますから・・・

プルーンもキウイと一緒に植えましたが1度も食べたことが有りません。ホントに美味しそうになるまで置いたら知らない間に無くなるんですよ・・・。流尾さんの顔が目浮かぶようです(^-^)

西洋桑の木植えましたが今年は実がなつたでしょうか？ 日本桑より実が大きいのでこちらでも順番を決めて収穫してジャムを作りました。少ないうちは収穫して冷凍して沢山になればジャムにします。

ポリフェノールやアントシアニンが多いので嬉しいですよ。葉もお茶にしたり、炒めたり、乾燥させてご飯に混ぜたりして使います。市販の青汁の中にも桑の葉が入っています。葉にはカルシウム等も多いです。

ブラックベリーも生っていますか？ あれは好む方がいらしてよかったなと思っていましたが今はどうなのでしょう？種が大きいですよ(^-^)
今でもいろいろ思い浮かべて楽しんでいます。

追伸「肉体の成長はいつか止まるけれど・・・云々」私は老化も成長の一種と思っています。色々なことを肅々と受け入れ共に生きる(^-^)
分かりやすく言えば白髪も成長の一つと思っています。それで一回も染めることなく過ごしています。単にめんどくさがりとも言います。

うまださんへ浦田より

西洋桑の実3~4個つきましたよ。味は淡白でした。

ブラックベリーは1株あったものの実はなっていないませんでしたね。

うまださん、これは何でしょうか。



川
柳

トマト取り話はずんだ太陽の下(海里)

ありがとう貴重な時間あったという間(萌衣)

初めての残暑見舞いを絵はがきに

再会はドラマチックに花が咲く

梅雨明けて隠しきれない元気が

微熱有り母の面会断られ

スーパーに初めて行けたでも怖い

密接だ母の墓前でマスク取る