

♡ NPO法人
ユウ・アンド・アイ
あゆみ

2014年
秋号
NO.15

〒525-0036 草津市草津町1446-1
TEL 077-563-7000

・正会員名 40 名 ・スタッフ会員 1 名 ・賛助会員 15 件 ・ボランティア会員 46 名

NPO 法人ユウ・アンド・アイの
ホームページを開設しました

9月1日からスタート
ユウ・アンド・アイの活動が詳しく載っています。
ご覧になって下さい
URL <http://youandi932.jp/>



有償ボランティア活動

6月～8月にかけては、庭木の剪定、草引きのご依頼がたくさんありました。今後も、日々の生活の中での困りごとがございましたらユウ・アンド・アイにご相談下さい。



剪定前



剪定後

人権学習講座に関するご報告

ユウ・アンド・アイでは、西一会館において市から委託を受け、各種講座・教室を行っています。西一会館は隣保館として「同和問題解決」のために設立された施設であり、講座・教室を受講される皆様に人権学習に参加いただきました。受講者からお寄せいただきましたアンケートの声をまとめてみました。

気付く心

間違っただ情報に振り回されないよう、間違っただことを「違っだよ」と言えるようになりたい。

思いやりの気持ち

一人ひとりが差別される思いを自分におきかえて、嫌なことはしない思いやりのある社会を目指すことが大事だと思った。

今の私たちが、啓発運動をすることが大切だと感じた。正しい情報、知識を親子で考えていきたいと思う。

未だに差別意識などがあるということに残念な気持ちになります。日頃決めつけた見方をしていないか、気を付けたいと思った。

継続の必要性

先入観

人権学習の目的は…

たくさんの方が交流し「誰もがあたたかく過ごせるまちづくり」です。

そのためには日頃から自分の身近な事への気付きや気配りがとても大切です。

例えば・・・

◎先入観など、決めつけでの誤った判断をしていないか考えてみる

◎相手の立場に立って考えてみる、相手への思いやりを持つ など。

ユウ・アンド・アイはこれからも人権学習を継続してあたたかい心の通う人間関係、環境作りを進めてまいります。

皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

お弁当を配食サービスします

1食
500円

温かくておいしいお弁当を配達させていただくサービスを行っています。

10月・11月・12月のメニューです。

10月	7日	鮭の焼きびたし、白菜のおひたし、ちぎり梅ご飯
	21日	豆腐ステーキ、筑前煮、スパゲティサラダ
	28日	一口カツ、ポテトサラダ、酢の物
11月	11日	さんまの塩焼き、ひじきと大豆のごま和え、かぼちゃ煮
	18日	鶏の照り焼き、春菊と桜えびの磯部和え、出し巻
	25日	鮭の塩焼き、切り干し大根煮、春雨サラダ
12月	9日	ちらし寿司、野菜の天ぷら、ほうれん草のごま和え
	16日	エビフライ、ナスの味噌炒め、酢の物

*一部献立を変更することがあります。ご了承ください。

*配食日の前週の金曜日までにお申し込みください。

【TEL 077-563-7000】



配食スタッフの勉強会をしました【8月5日(火)】

滋賀県の管理栄養士さんを招いて、勉強会をしました。お弁当は、「おいしく、楽しく」食べていただくことを第一に考え、1日に必要な栄養素や献立作りのポイント、また身近な材料を使っのレシピを教えてくださいました。今回の研修を受けて、量や栄養のことを考えてお弁当作りをしていきたいと思ひます。

お弁当にご飯を入れる時の
ワンポイントアドバイス!

ご飯に梅干しを入れると殺菌作用があると言われています。梅干しを真ん中に置くだけでなく、まばらに入れる方が効果は高いです。

ちぎり梅ご飯

【材料】

米・・・2合
梅干し・・・3個
いりごま・・・大さじ3
青じそ・・・2～3枚
ちりめんじゃこ・・・大さじ2

【作り方】

- ①米は普通に炊く
- ②梅干しはちぎり、青じそは千切りして水にさらす
- ③ご飯にちぎった梅干しを混ぜ、続いて他の材料を混ぜる

講座・教室 受講者の声

マジック教室に参加して

出原 逸三

8月7日(木)に開講した「マジック教室」に参加しています。そもそも今回のマジック教室に参加したのは、私の孫(守山市の保育所)の祖父母参観でボランティアの方による「マジックショー」がきっかけです。昨年まで2年連続で参加し拝見しましたが、その時の子ども達の生き生きした姿が脳裏に焼き付いています。そうした中、このたび NPO 法人ユウ・アンド・アイで「マジック教室」を開催するお話を聞き、一度挑戦してみようと思いました。まだ2回の授業を終えただけですが、先生が言われる「演じる楽しさ」「驚く楽しさ」「共有する楽しさ」を感じ、又感じさせられるようなテクニックが身につけられたらと思っています。まずは孫の前で練習の成果を発表するのが小さな私の夢です。

茶道教室に参加して

小池 裕紀子

私は、茶道を習うのが始めてです。これから外国人と接する機会も増えるでしょうから日本の伝統を学んでおきたかったのです。日々の生活に感謝をこめて礼をする、季節のお菓子を目で見て楽しみ、味わい、抹茶を一服。ふくさはその用途によってたたみ方が違ってきます。私は先生やお弟子さんから手取り足取り教えていただいています。私も正座が苦手ですが、いすがあるのでどうか心配なさらなくて下さい。道具が間に合わない方はお借りすることもできます。こういう私ですが、やっと茶せんで泡立てることができ、先生からもお褒めの言葉をいただきました。茶道は、上下関係のない皆がおいしい抹茶をいただく平等の世界です。どうかこの機会に私たちと茶道を習ってみませんか。

賛助会員のご紹介(14件) ご協力ありがとうございます

有限会社大喜様、花一輪様、ポーレ洋菓子店様、松利老舗様、株式会社スギ薬局様、フロンティア・エム様、有限会社ワイズオートモービル様、有限会社おうみコンピューターシステム様、西岡写真工房様、株式会社崎村商店様、花工房・花友様、出原逸三様、上野商事様、山岡三四士様

お気軽にお越しください

発行元 NPO 法人ユウ・アンド・アイ

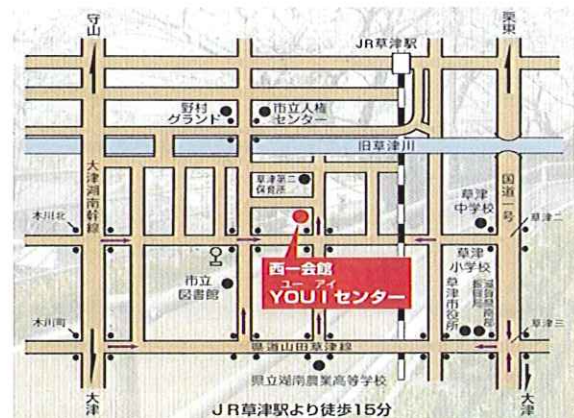
事務局(西一会館 YOU I センター内)

〒525-0036草津市草津町1446-1

TEL 077-563-7000

FAX 077-563-7007

URL <http://youandi932.jp/>



教室・講座のご案内

受講生を募集しております。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

◆軽運動教室【スローエアロビック】◆申込み締切：10月15日

【日 程】火曜日 10時00分～12時00分
金曜日 13時30分～15時30分

【定 員】各20名程度 【参加費】無料

【その他】動きやすい服装・上靴・お茶・汗拭きタオル・バスタオル

楽しい音楽に合わせて動きます。
だれでも気軽に始められます。

火曜日	10/21・11/4・11/11・11/18・11/25・12/2・12/9・12/16
金曜日	10/17・10/24・11/7・11/14・11/21・11/28・12/5・12/12

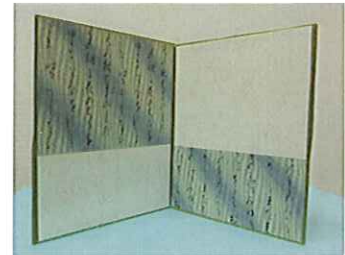
◆創作教室～ミニ屏風作り～◆ 申込み締切：9月30日

【日 程】1回目 10月7日
2回目 10月14日
火曜日 13時30分～15時30分

【定 員】各10名

【費 用】各回500円

【持ち物】お手拭き2枚、カッターナイフ、はさみ、30センチものさし、エプロン



◆料理教室◆ 申込み締切：9月29日

からだにやさしい、バランスの良いお料理を作ります。

【日 程】1回目10月2日 2回目10月9日 3回目10月16日
木曜日 10時00分～

【定 員】各10名【費用】各回500円 【持ち物】エプロン、三角巾

【こんだて】

10月2日	鮭の焼きびたし、青菜と桜えびの磯辺和え、豆腐だんごのすまし汁、りんごのコンポート
10月9日	人参ごはん、トマトともやしのスープ、ブロッコリーの和えもの、さつま芋入り蒸しパン
10月16日	鶏肉の和風ピカタ、白菜と春雨のスープ煮、おろし和え、人参ゼリー

◆そばうち教室◆ 申込み締切：9月29日

【日 程】11月6日 木曜日 10時00分～

【定 員】16名【費用】500円

【持ち物】エプロン、三角巾、持ち帰り用の容器または袋

【その他】2回そばを打ちます。1回目は出来立てをいただきます。
2回目に打ったそばはお持ち帰りいただきます。

◆福祉講座～薬剤師さんとお気軽トーク～◆

【日 程】11月20日 木曜日 14時30分～16時00分
 【参加費】無料
 【その他】申込み不要

お薬について日頃疑問に思っていることや、サプリメントについて等薬剤師さんに聞いてみませんか。

◆白神こだま酵母の手作りパン教室◆

申込み締切：10月10日

【日 程】10月20日（マルゲリータ）
 11月17日（フォカッチャ）
 月曜日 10時00分～
 【定 員】各先着9名 【費用】各500円
 【持ち物】エプロン・三角巾



◆寄せ植え教室(松竹梅)◆

申込み締切：11月27日

【日 程】12月8日 月曜日 13時30分～
 【定 員】先着10名 【費用】2,000円



◆しめ縄教室◆

申込み締切：12月10日

【日 程】12月24日 水曜日 13時30分～
 【定 員】先着10名 【費用】400円

申し込み方法

各教室の申込み締切までにNPO法人ユウ・アンド・アイ（西一会館YOU Iセンター内）まで費用を添えてお申し込みください。

お問い合わせ 077-563-7000 受付時間 9：00～17：00

NPO法人 ユウ・アンド・アイ

ほっと事業 10月～12月の予定

概ね60歳以上の方対象

10月	8日（水）	10時00分～	グランドゴルフ大会
	10日（金）	13時30分～	折り紙（2重づる）【500円】
	22日（水）	10時00分～	料理教室【500円】 チキンカツレツ、クレープ焼き、その他
11月	7日（金）	13時30分～	折り紙（2重づる）【500円】
	12日（水）	10時00分～ 15時00まで	干支の羽子板作り【1,000円】
	28日（金）	13時30分～	樹脂ネンドで干支作り【1,000円】
12月	3日（水）	13時30分～	寄せ植え【2,000円】
	5日（金）	13時30分～	折り紙（だるま）【500円】
	10日（水）	10時00分～	料理教室【500円】 じゃが芋のガレット、花咲ウィンナー、その他

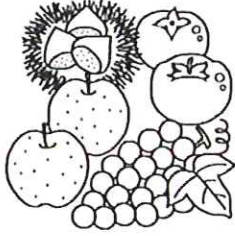
子育てサロン 青いとり通信

日中が暑くても夜は涼しく、体のリズムが乱れ不調が起きやすいこの時期。食事や睡眠等、生活のリズムを整えて元気に残暑を乗り越えましょう！！

10月、11月、12月 子育てサロン

10月 1日(水)	フープを使って遊ぼう ふれあい遊びや運動遊びを楽しもう	先着 15組程度 9月10日から受付開始
10月 15日(水)	ハロウィンパーティー 英語に触れながらハロウィンを楽しもう 参加費：100円	先着 15組程度 9月10日から受付開始
11月 5日(水)	新聞で遊ぼう 新聞遊び・絵本・体操などを楽しもう	先着 10組程度 10月1日から受付開始
11月 26日(水)	リトミック リズムに合わせて体を動かそう	先着 15組程度 10月1日から受付開始
12月 3日(水)	クリスマスの飾りを作ろう 制作・おはなしを楽しもう	先着 10組程度 10月15日から受付開始
12月 17日(水)	クリスマス会 毎年恒例の大イベント！ 参加費：200円	先着 15組程度 10月15日から受付開始

時 間：10時～12時（10時15分までに受付をすませて下さい）
 持ち物：着替え・お茶
 場 所：西一会館（YOU |センター内）2階教養娛樂室
 ★定員になり次第しめきります。
 ★参加費をお持ちの上申込みください。
 NPO 法人ユウ・アンド・アイ
 TEL 077-563-7000（竹原）



絵本を読む時のポイント！

絵本の読み聞かせの時間は、親と子が寄り添って向き合える時間です。文章を読んでもらいながら絵を追っていくと、子どもは想像力を膨らませます。お家でも絵本の時間作ってみてください。

◎読み方にルールはありません

上手に読もうと力まないで、できるだけゆっくり読んであげてください。

◎絵を楽しみましょう

急いでページをめくらず、絵を十分に見せてあげましょう。

◎リズムや音の響きを大切に

感情をこめすぎる演技的な読み方は、かえってお話から目をそらせてしまうこともあります。ただし、言葉のリズムや音の響きは大切に、できるだけ作品の雰囲気味わいましょう。

毎週金曜日

おはなし会をしています

*絵本や紙芝居を見たり
リズム遊びをしたりします。
時間：11時～
場所：教養娛樂室

お気軽にお越し下さい。



◆教養娛樂室の利用時間

平日 9時15分～17時00分
NPO 法人ユウ・アンド・アイ
TEL 077-563-7000

NPO 法人ユウ・アンド・アイの
ホームページを開設しました！

URL <http://youandi932.jp/>