



年の瀬が迫り寒さが厳しい季節になりました。

年末年始は忙しいと思いますが、皆さまも体調に気をつけてがんばりましょう。

アルバ祭♪

アルバに通うようになって1か月ほどの私は、アルバ祭とはなにをやるのだろうと思いながら当日を迎えた。入口のドアを開けて中に入るといつもよりも人が多く賑やかで、部屋は飾り付けられている。屋台のような軽食も用意されており、あたりには美味しそうな香りが漂っていた。普段お会いする方達もいつもよりラフな格好をされており、確にお祭りなのだと思えて感じた。

中でも目をひいたのは刺繍の展示だ。クロスステッチで描かれた海の中の色とりどりの魚たちやキッチン道具や裁縫道具。他にも紙に直接刺繍しているものやフェルトで作られた可愛いクレープなどもあった。

部屋にはホワイトボードや割りばしを用いた手作りのダーツや射的のコーナーがあった。

私も射的とダーツにチャレンジしたが残念ながらどちらも的には当たらなかった。へっぴこな上腕筋をもう少し鍛えなければと秘かに思った。上手な人は200点近くを叩き出していた。見習いたいものである。

他にも豪華な景品が用意されたビンゴ大会が開かれ、私は入浴剤をいただいて帰った。

当初はいったいどんな一日になるのだろうと考えていた私だったがリラックスして楽しむことができた。アルバ祭はにぎやかな空気の中お開きとなった。(A・S)



今年1年を振り返って…

最初はアルバの環境に自分のペースを合わせるのが必死で、彼れが残らないように無理を絶対にしないように気を付けながら、プログラムに取り組んでいました。

徐々に自分のペースも維持できるようになって、アルバに出席する回数も徐々に増えて、自分の得意分野を活かせるプログラムの参加や自分に必要なプログラムに参加しようと思えるようになり、ほとんどのプログラムに積極的に自分のペースを保つことも意識しながら参加することが出来ているのが一番の成長だと思っています。

(N・Y)

私がアルバ祭でしたいことは、この時期は寒くて身体が温まると良いのでカボチャスープを提案しました。その後も、レシピを検索して、それを作るのにどのくらいの値段がするのかを見ました。当日、カボチャスープを作ることに對しての緊張感と希望が混ざりながらアルバ祭に挑みました。

カボチャを柔らかくする工程で、そうはならず何回もレンジに入れました。そしてついに、カボチャに竹串が通り達成感を感じました(笑)完成したカボチャスープは、おいしく食べるスープになりました。出来れば、もっとサラサラにしたかったが、これはこれで良いと思いました。

食べた感想は、カボチャの味が引き立ちました。味付けで塩とあじお汁を入れたからだと思います。また、カボチャの歯触りが良く美味しかったです。周りの方々に召し上がってもらったところ、高評価をもらいました。期待通りになって良かったです。

改善点は、カボチャスープを味見程度しか食べられなかったため、次は、参加者全員カップ1杯は作りたいと思いました。(N・T)



SNS も見てね♪新年号もお楽しみに!

