

緑のカーテンで省エネ

「緑のカーテン作り」

片田 清子



みごとに緑のカーテンが出来ました。

今年は節電が叫ばれる中、虹の家でも出来ることをと思い、無料のゴーヤの苗を手に入れました。ボランティアさんに棚を作って頂き、ダイルूम南側窓にゴーヤの緑のカーテン作りに挑戦。7月初旬なかなか成長せず、皆で心配しながら水をあげていると、少しずつ成長してきました。かわいい黄色い花が咲くたび「ゴーヤはいつ出来る？」と、雌花を一つ二つと見つけては、皆で何個あるね、また一つふえたよと、楽しんで育てました。

その頃つるもだいぶん伸び緑のカーテンになってきました。出来たゴーヤは昼食のサラダやおやつゴーヤジュース、ゴーヤ茶となり、また夏の日差しを優しい木漏れ日と変身させ、楽しませてくれました。少しは節電にもなったのかな？

来年も緑のカーテン作りに挑戦したいと思います。来年はゴーヤだけでなく、瓢箪やへちま、胡瓜など。また来年も皆様のご協力よろしくお願い致します。

自分で作った野菜を食べよう

古谷田 恭子



野菜をしっかり食べよう

今年、虹の家では夏に向け緑のカーテンのゴーヤをはじめ、ミニトマト、ピーマンの苗を植えました。

“新鮮野菜を食べ暑い夏を乗り切ろう”とTさんは添え木を丁寧に結んでくれました。お泊りのKさんは、朝の水やりを担当してくれました。8月に入ると、ひとつふたつミニトマトが色づきデイサービスの皆さんと収穫を楽しみました。

暑くなるとゴーヤもいつの間にか成長していて、皆さん「もう、取ってもいいじゃないか！」と気になってしかたがありません。

ゴーヤの天ぷら、チャンプル、ゴーヤ茶、ゴーヤドーナツなどおいしくいただきました。調理スタッフのAさんは家庭菜園のプロ、いつも昼食にはおいしい自家製野菜が並びます。オクラやキュウリ、モロヘイヤになす、青じそやトマト等々、元気の源です。

さて、私達の野菜はと言えば、少しひかえ目なで出来ばえでしたがとれたて野菜は格別でした。



デッキに小さな菜園が出現
ミニトマトの収穫をするKさん

虹の会「歌う会」を開催しました



手話の歌を教わっているところ
キーボードや琴演奏などもり沢山でした。

8月24日(水)午前10時から12時まで、新木団地自治会館ホールで「歌う会」を開催しました。いつも虹の家のサロンで、キーボードを弾いて歌をリードして下さる鳥谷部ゆき子さんが3人の友人と共に暑さを吹き飛ばそうと、この「歌う会」のひと時を企画していただきました。キーボード2名、琴演奏など唱歌から演歌、フックソングまで幅広いジャンルの歌を歌って時の過ぎるのを忘れるくらいでした。

虹の家の人も加わって、31名の参加で盛り上がった夏の一時でした。