

いえのなかにも
たのしいことたくさん☆

料理をする 好きなメニューに挑戦しよう

あなたは料理をしたことがあるだろうか。お母さんに教わって、カレーを作ったことがある人はいる？お米を研いだことがある人は多いかもね。料理は楽しそうよね。お母さんがゆったりしている休みの日にでも、「カレーの作り方を教えて」と頼んでみよう。もちろんカレーでなくてもあなたの好きなメニューならなんでもOKだ。



◆自立のすすめ マイルール 著 辰巳渚より◆

家族の笑顔思い浮かべて

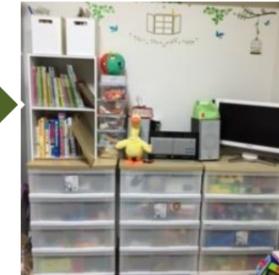
ごはんを炊くのも、おみそ汁や卵焼きでも、一人で作れるようになるといいね。その時に、あなたは大事なことを知るはずだ。それは、料理をおいしくするのは、家族のことを考えて気持ちを集中して「おいしくなれ！」と願って作る、愛情の力なんだってこと。私は「もーいやっ」なんて思いながら作った料理を自分で食べて、がっかりすることがある。逆に、「美味しいものを作るぞ！」と気力も、体力も充実している日の料理は、「世界で一番おいしいのは私の料理！」って思っちゃう出来になるんだ。作っている人の心は、料理に表れる。世の中のことって、説明できないことも多いけれど、すごく道理にかなっている気がするよ。

~片付けレッスンにいらっしゃいました~



気がつくといつのまにか集まってしまうハンガー。量を決めて使わないものは手放します。一度枠をきめて、あふれないように。

使わなくなったカラーボックスを押し入れに入れて
上段:お母さん
下段:こどもさん
幼稚園児一人で支度しやすいよう整えました。



おもちゃ入れにしている引き出し。同じものを3つにしたらどうか、と以前からお考えとのことでしたので今回やってみました。引き出しごとに、おもちゃをおおざっぱに分けることで、もどしやすさがアップ。

片付けはやっている。本とかで参考にしているけれどすぐ元にもどる・・・片付いた状態が続かないので困っていますとご依頼がありました。

- 1) 物の配置や家具の位置を確認。家具を動かし、ハンガー類を整理して洗濯物の動線の気になる部分を解消。
- 2) 納戸のように使用している6帖の部屋をどのように使っていいか迷うお悩みについてもご提案しました。
- 3) 部屋の中に混在している、子どものものと、大人のものエリア分けもしたことで、後日、使ったものが元にもどしやすくなり楽しくなったとの感想をいただきました。

片付けレッスン 3時間/5,000円(税込)

お気軽にお電話を。
(0120-200-789)
家事セラピストが1名伺います。



最近のイエノコト

9月のツキイチサロンは
リネン編み物ワークショップです。

日時: 9月21日(水) 10時~11時半
参加費: 500円
定員: 5名(先着順)
講師: ZAKKA COZA-par ici- (観世音寺) 和田りつこさん
場所: イエノコトモデルハウス

500 ツキイチサロン
9月文月は小物づくり

☎お申し込み先 0120-200-789 イエノコトまで

10月は恒例 ☆ ほうさん団子づくりをします!

秋と春に、年に二回、ほうさん団子を作って家中のあちこちに配置。ここ数年見てない...という方が多い人気のお団子。

いざ自分で作ろうとおもっても、材料をそろえるところから...意外とめんどうだったりします。おしゃべりしながら一緒に作りませんか。90分で完成。まめ知識もお伝えします。ぜひご参加ください。

日時 10月19日(水)10時~11時半
場所 イエノコトモデルハウス(0120-200-787)
参加費 500円(お土産 お団子付)
定員 10名

エンディングノート~語る私のエンディングプラン 7/19

昨年に引き続き、エンディングノートの考案者で葬祭のエキスパートでもある二村祐輔氏をお招きして、お葬式のこと、供養のこと、お墓の問題などご参加の皆様のご関心ごとを中心に、座談会形式で行いました。

エンディングのあり方を自分自身が考え準備する風潮がある現代ですが、シンプルで内々に...は粗雑で安易で無配慮のイメージのすり替えではないか?という言葉があり印象的でした。自分にとって、家族にとって後々これでもかかったのかな?と後悔しないようにきちんと考えて、家族で話すことの大切さを感じる内容でもあり、またとっさのときにあわてることのないよう事前に学ぶ必要性もあらためて感じました。次の世代にも伝えていきたいものですね。ご参加くださった皆様ありがとうございました。

一生=半生+後生



食と命のイベントに参加しました! 7/31

7月31日筑紫野市文化会館で行われた「みんな集まれ!夏祭り」イベントではイエノコトを飛び出して片づけ相談会を行いました。



夏祭りのメインイベントはSMA Pの木村拓哉さんの母・木村まさ子さんによる「ことのは語り」の講演会。家族、絆、私大好きと題した『食と命のお話』では絵本の読み聞かせと共に優しい語り口で講演されました。

毎日目が覚めること。食事ができること。人と出会うこと。生きていることは当たり前のことではなく全てが奇跡の連続です。この奇跡に「ありがとう」。そして私たちの身体は天からの借り物。大切に使う一日の終わりに身体をなでながら「ありがとう」と感謝して自分を褒めてください。



私を褒める言葉を
思い浮かべてみましょう

地域の素敵なお店

※写真はイメージです

青々とした稲が美しい時期。田んぼの目の前にある草の家さんにランチに行ってきました。8月で5周年を迎えられたこちらのカフェは1級建築士のご夫婦がアイデアを出し合って設計されたそうです。春と秋に本格的なクラシックコンサートが開かれています。グランドピアノの音色をすぐそばで聴くことができる贅沢な空間です。お店には、看板犬のこむぎちゃん。音楽好きな方、犬好きな方。ゆっくりとした時間の流れるお店にぜひ。



窓の向こうには、稲がそよそよ。季節ごとに変わる景色を楽しめそうな窓辺の席でいただく食事は格別。ゆったりした時間がながれていました。



数種類のサンドセットやクロックムッシュがあります。



太宰府 草の家

☎818-0132
太宰府市国分3丁目21-29
tel & fax 092-516-3650
http://www.dazaifu-kusanoie.com/
open 木・金・土 10:30~夕方まで
駐車場 3台



わたし小麦です。
おきゃくさまを
おでむかえ☆

