

# じゅらく新聞

Vol.9 2026年 1月 発行

## 11・12月の活動報告

### じゅらくの里ヨガ教室 蕎麦の会

毎週木曜日の9:30から開催している、じゅらくの里ヨガ教室。（講師：今田奈穂子先生）11月13日には、ヨガ教室終了後にもりの駅で手打ち蕎麦を食べる、「蕎麦の会」を開催しました。もりの駅は、じゅらくの里福祉パーク館から、道路を挟んだ向かい側にある赤い屋根の建物です。普段は土日限定・数量限定で店主の手打ち蕎麦を提供していますが、今回はイベント限定でご用意させていただきました。「のど越しが最高！」「香りが違う」とご好評いただき、和やかな時間が流れました。今後も土日以外に、もりの駅の蕎麦の美味しさを味わっていただける機会を設けたいです。



### クリスマスクラフト

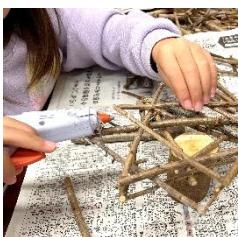
12月7日は、自然素材をふんだんに使ったクラフト教室を開催いたしました。今年は午前・午後の2部制を採用し、午前は「クリスマスリース」、午後は「木の枝ツリー」を作りました。

#### ・クリスマスリース

様々な形や大きさのリース土台から好きなものを選び、どんぐりや松ぼっくり、リボンなどで華やかに飾り付けをしました。モールを使って恐竜を作ったりフェルトでサンタさんを作ったり、個性豊かな飾り付けで、世界に一つだけのクリスマスリースが完成しました！

#### ・木の枝ツリー

こちらは、じゅらくの里内の木を剪定した際に出た剪定枝を使ったツリー作りです。全体のバランスを見ながら枝を接着し、ツリーの形にするのですが、この作業がなかなか難しい！大人も子どもも苦戦しました。周りをきらきら飾り付けて、てっぺんに星を飾ったらできあがり！苦労した甲斐があり、完成度の高いツリーができました。



### おでがるクラフト

4月以降、毎月第二日曜日に開催している「おでがるクラフト」。12月14日は、スノードームみたいにキラキラきれいな「シャカシャカクリスマスカード」を作りました。クリスマスプレゼントの様にリボンで飾ったり、雪だるまを貼って冬景色を表現したり、楽しく手を動かしました。夏季に作ったシャカシャカしおりから作り方を流用しましたが、パーツや色を変えるだけで季節感ががらっと変わるのが、クラフトの楽しいところ。色や形の勉強にもなればいいなと思います。



### 館内の装飾

クリスマスツリーやフォトフレームなど、季節を感じられる装飾を施しました。自然だけでなく、福祉パーク館でも四季を楽しんでくださいね。



### 1・2月のイベント予定

- 1月11日(日) おでがるクラフト  
1月17日(土) もちつき大会  
1月24日(土) SOLM(外部イベント)  
2月8日(日) おでがるクラフト  
毎週木曜は、じゅらくの里ヨガ教室！  
※年始は1月15日～開催いたします

### スタッフのひとこと

こうも寒いと家事や外出が億劫になりますが、冬でしか楽しめないこともあります。例えば真っ白な息を吐きながら食べる肉まんとか、友達や家族と囲むアツアツのお鍋とか、澄んだ星空を見ながらするカップ麺とか…あれ？食べ物の話ばかりしているような…？2026年もじゅらくの里をよろしくお願いいたします！ By木塚