



手のひら通信

森のようちえんを行いました！

月に一度の森のようちえん。今月は2回行いました。秋も深まり、地面一面に広がる色とりどりの落ち葉に子ども達は大喜び！くしゃく



しゃ・ぎつぎ・ざーっと落ち葉を踏み鳴らしながら歩けば、いつもの道も楽しい遊び場に。枝の先には赤や紫、茶色：様々な木の実を見る事ができました。お昼はお外でシチュー作り。ダツチオーブンで作ったシチューは、どの野菜も甘く、柔らかく大好評で

した。一緒に焼いた焼き芋もホクホク。カラダの芯からほっこり温まりました。



たくさんのご参加本当にありがとうございました。また、来月も開催します。ぜひお気軽にご参加下さい。
文・菅邊



お問い合わせ
手のひらに太陽の家
宮城県登米市登米町寺池
辺室山17番地1
0220-23-9755(Tel)
0220-23-9756(Fax)
info@taiyounoie.org
http://taiyounoie.org/



目からウロコの栄養学

今月も内容盛り沢山の竹井先生の研修がありました。冬に向かうこの時季に摂ると良い食物、味噌で行う解毒等の他に、材料から調達するクリスマスリース作り、生き方に大きく関係する方位等々。福島の方々に聞いてもらいたい事ばかり。



来月はその竹井先生の栄養学講座が手のひらで開催されます。皆さん、ぜひおいでください。
文・佐藤

- * 今月の内容 *
- ・森のようちえん
- ・目からウロコの栄養学
- ・フリーマーケット
- ・石けん作り
- ・モミの木リースお礼

フリーマーケット

ご協力いただいた、関係者、関係団体の皆様ありがとうございました。ありがとうございました。

口コミと手のひらのホームページだけの広報でしたが、何とか近所の皆様や協力して下さる方々のお陰様で、今回はフリーマーケットらしくなりました。これからも第二土曜日「手のひらフリーマーケットDay」です。(来月は別の日に行います。※裏面参照) よろしくお願ひします。
文・高橋



小さな旅 手のひらに太陽の家から、こんにちは ～利用者の方々より～

共同生活を始めて初めて知り合った方とお話しできた、ヨガを体験させて、普段経験できなかった事、きかない事ができ、とても貴重な時間を過ごせました。(伊達市 三十代女性)



自然な木の家が気持ちよかったです。子どもと同じ年のお子さんの参加が多く、一緒に遊んでもらえて、とても楽しそうだったので、親として嬉しくなりました。
(郡山市 四十代女性)



今回は天気も良く、温かいこともあり、外遊び(葉っぱ拾いや草木・土をいじるなど)がたくさんできました。他の子どもとの交流も良かったと思います。
(福島市 四十代女性)

石けん作り

太陽のようなオレンジ色の石けん、ローズマリー入りのおしゃやれな石けん。見ていただけでも何だか幸せな気分になります。



指導して下さったのは横浜在住の前多陽子さん。上海でも「手のひらに太陽の家」の活動を紹介してくださいました。文・細木

モミの木リース。ご注文ありがとうございました！

手のひらに太陽の家の支援品として、クリスマス用に販売したモミの木リース。けして良い出来とは言えないものでしたが、たくさんの方が注文して下さいました。おかげ様で手のひらに太陽の家の子ども達にクリスマスプレゼントを買うことができるようになりました。本当にありがとうございました。これからもどうぞ、温かいご支援・ご協力をよろしくお願ひいたします。スタッフ一同



* 1月の予定*

* 1月1日の誕生花は梅。花言葉は厳しい美しさ、上品。
♪豆知識!…梅は三毒(食べ物・水・血液)を断つと言われ、日本では昔から病気の予防や健康増進のために食べられてきました。

イベント名	日時	内容
手のひらキッチン	11日・2月9日・15日 15時頃～	ダッチオーブンを使って野外で夕食作り。宿泊もできます。(被災3県の方)
森のようちえん	19日・2月8日 10時～15時	登米の自然を親子でゆっくり散歩します。
フリーマーケット	13日 10時～15時	子ども服・文房具を出品いたします。
ロケットストーブWS	20日 時間未定	地震や台風などの緊急時に役立つ一斗缶を使ったストーブ作りを行います。
目からウロコの栄養講座 森のようちえん(講座参加者)	24日・25日 10時～15時	有名スポーツ選手の栄養指導など様々な経歴を持つ竹井先生が栄お話をさせていただきます。
蓮の実プレスレットWS	2月2日 10時～12時	登米の蓮の実を使ったプレスレット作り。バレンタインのプレゼントにぜひ。

参加費等の詳細についてのお問い合わせは手のひらに太陽の家まで。→☎02203-9755

■株式会社ヤマダ地所■

土地・建物のご相談はヤマダ地所にお任せ下さい。

手のひらに太陽の家のある登米市の不動産屋さんです。手のひらに太陽の家の土地を取得するためのご協力をして下さいました。役所やバス停がすぐ近くにあり、スーパーや金融機関も歩いて行ける距離にあるためとても助かっています。風通しも良いので、暑い夏でも扇風機のみで過ごすことが出来ています。

■松坂建築■

手のひらに太陽の家の建設を行って下さいました。釘をほとんど使わない組み木工法など、あちらこちらに見られる伝統的な技術に、手のひらに太陽の家を訪れる方達は皆、目を見張ってしまいます。化学塗料の塗られていない太い大黒柱は、子ども達の安全な楽しい遊び場になっています。

～ありがとうございます～



『手のひら応援グッズ。販売中!オンラインショップも始めました!』

手のひら応援グッズの販売中です!クリアファイル、蓮の実プレスレット、石けんをスタッフ、利用者さん、地元の方々と協力してデザインし、制作しています。(※石けん、蓮の実プレスレットは製作中です。)オンラインショップも始まり、HPから購入することも可能になりました!手のひらに太陽の家の活動が継続されることを多くの利用者の方々が望んでいます。みなさま、ご支援・ご協力よろしくお願いいたします。

手のひらに太陽の家基金 ～ご支援のお願い～

手のひらに太陽の家では東日本大震災により生活が困難になってしまった家族、特に放射線量の高い地域での生活を強いられている子どもたちを支援します。今も自然の中で存分に遊ぶことも出来ず、心身に大きなストレスを抱えている子どもたちがたくさんいるのが現実です。

平成24年7月21日の開所から、のべ214組3279名のご家族に手のひらに太陽の家をご利用いただきました。(平成25年12月20日) 今後、継続して活動を行っていく為には、皆様のご支援が必要です。1人でも多くの子どもたちを笑顔にするために、皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

【銀行名】 七十七銀行(シチジュウシチギンコウ) 築館(ツキダテ)支店 店コード700
 【口座番号】 普通預金 5411882
 【口座名義】 手のひらに太陽の家太陽の家基金
 理事長 佐々木豊志(ササキトヨシ)

手のひらに太陽の家公式サイトよりクレジットカードでご寄付いただける【オンライン寄付】や、毎月継続してご支援いただける【マンスリーサポーター】もあります。

詳しくはHPまで*「手のひらに太陽の家」で検索!

日頃のご支援ご協力、誠にありがとうございます。

支援団体の紹介