

青空

第30号
2016.10

NPO法人あすなる滑川
滑川市野町1656 TEL・FAX 475-8095
HP info@npo-asunaro.or.jp

あすなる滑川一泊研修旅行 ぐるり一周！中部地方



▲松本城にて

9月9日・10日に、一泊研修旅行へ行ってきました。

今年は「ぐるり一周！中部地方」と題し新幹線、特急バスを乗り継ぎ、中部地方をひと周り。その土地々々の景色や食事を堪能しました。

夜には、環境省が認めたという日本で一番美しい星空が見える長野県阿智村へ行ってきました。真っ暗の中、ゴンドラで1,400m地点まで上がり、無数の星々を見るロマンチックな体験をしました。すてきな思い出がたくさんできた研修旅行でした。

行ってきました!!

一泊研修旅行

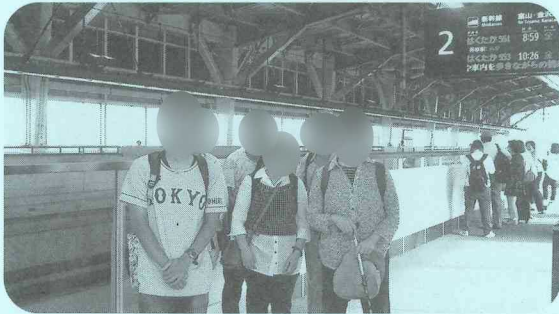
H28年9月9日・10日

～中部地方ぐるり旅～



まおは金沢まで

北陸新幹線で



何度も旅行を経験し、新幹線に乗るのも★完璧★だよ!

長野

昼神温泉“伊那華”さんへ



いろいろなお風呂に入りました。長旅の疲れがフツ飛びました。

あぁいいにおい～

アップルパイ作り体験



長野といえばリンゴ! アップルパイを作り、おみやげに持ち帰りました。

共和観光バス様

すてきな旅をありがとうございました。



日本一美しい星空を見に行っちゃよ! ☆☆☆

天空の楽園ナイトツアー



長野県阿智村で日本一の星空を見るツアー。闇夜の山をゴンドラで登っていくのが怖かった…

つづつ…ドキドキ

天竜川下り!!



はじめての川下り体験。残暑で暑い日でしたが、川を渡る朝の風は爽やか～

こんなにそばっておいしかったっけ?!

信州そばを堪能～♪



信州のおそばは、やっぱり違う!! あつあつの天ぷらをのせて頂きました。

6/7 お買い物&星乃珈琲

6月7日、富山市金泉寺のヤマダ電機へ新自主製品「和風クッキー（仮称）」の開発に当たって、オープンを買に行きました。みんなでわいわい言いながらズラッと並んだオープンからちょうどよい大きさのものを選んできました。それから少し足を伸ばして、市内天正寺にある星乃珈琲でおしゃれにランチしてきました！

6/21 西部地区民生委員さんとの交流会

6月21日、東福寺野自然公園の屋内施設で、西部地区民生委員さんとバーベキューを行いました。至れり尽くせりで気持ちよくおいしくいただきました。食後にアイスも食べて大満足！！

アマチュアレスリング全国三位の実績がある澤田修常任理事がお話して下さい、興味深く聞きました。

9/18 滑川市障害者家族レクリエーション大会

9月18日、サンアビリティーズ滑川体育館で毎年恒例の三障害合同の滑川市レクリエーション大会が行われました。

今年は競技がリニューアルし、楽しさがアップ！！家族・来賓・ボランティアの方々皆さんで楽しめるプログラムが多く取り入れられました。

いつものおいしいぶた汁、焼きそば、おにぎりもおいしくいただき、ビンゴゲームで賞品をゲットしたメンバーも何人もいました。



料理教室 がんばってまあ！！

年に4回行われる料理教室。いつもやさしく教えてくださる地域のボランティア石倉さん、稲本さん、斉藤さん、吉田さんと、いつもかっこよくすてきな高池先生、市役所の担当の方々とはわきあいあいと調理しています。手元はちょっと危なっかしくて、先生やボランティアの皆さんをハラハラドキドキさせながらも、できあがってみればおいしいんです、これが！！ハズレなし～♪



▲和気あいあいと
みんなで調理



7/12

▼青しそごはん
魚のエスカベージュ風
青菜のマヨネーズ和え
キュウイ寒天



▲鮭の切身を
焼いています。



8/9

▼豚肉のしょうが焼き
ポテトサラダ
きな粉と豆腐の
白玉子あずき添え
桜えびと豆ごはん



お米のおかし 販売しておいます!!



プレーン 5枚入り 200円

セット (抹茶・ストロベリー 各2枚) かぼちゃ 350円

プレーン 1枚入り 40円

抹茶 1枚入り 60円

ストロベリー 1枚入り 60円

かぼちゃ 1枚入り 60円



**いつもありがとう
ございます**

【仕事受注】

- ・(株)タナックス 様
- ・藤堂工業(株) 様
- ・滑川梱包 様
- ・(有)P. K. E 様
- ・ファインプラス(株) 様
- ・YKK小林分工場 様

**ボランティアの皆様
いつもありがとうございます**

- ・赤十字奉仕団様
- ・ヘルスボランティア様

**除草いつも
ありがとうございます**

佐藤様