

つながり通信

— くらぶがつながる —



くらぶのみなさん、こんにちは。

朝晩が少しずつ涼しくなり、秋の気配を感じはじめる9月。となるはずが相変わらず暑いですね。

9月は、二十四節気で見ると「白露（はくろ）」と「秋分（しゅうぶん）」のふたつの節気が含まれます。どちらも秋の深まりを感じさせる節目です。

「白露」は9月上旬ごろで、草や葉に朝露が降りるようになり、朝晩の空気がひんやりと感じられる頃。日中はまだ暑くても、空の高さや虫の声など、自然の変化に秋の気配があらわれてきます。

続く「秋分」は9月下旬ごろで、昼と夜の長さがほぼ同じになる日。この日を境に夜が少しずつ長くなり、秋が本格化していきます。お彼岸の中日でもあり、ご先祖様を敬う風習があるのもこの時期です。自然とともに、暮らしのリズムもきっと少しずつ秋仕様にシフトしていく9月になるはずなのですが、さて、どうなるのでしょうか・・・

そして、秋になればいよいよ食欲の秋です。美味しい秋の味覚、楽しみですね。そう、私の好物でもある「さんま」が登場します。というかもう登場していますね。さんまの旬の時期は本来、9～10月のおよそ1カ月間という短い期間です。漢字では「秋刀魚」と書く通り、秋の味覚の代表格でもあります。旬の時期は地域によって多少前後しますが、9月頃にもっとも脂のりが良くなるのが特徴です。各スーパーでもすでに、「秋の味覚」と言われるサンマが出回り始めています。近年、不漁が続いていましたが、今シーズンは例年より豊漁で身が大きく脂がのっていて、「奇跡のサンマ」と呼ばれているそうです。その理由は、海水温の上昇でエサのプランクトンが多くなったこと、そして、過去最長となる7年9ヶ月にわたり続いてきた「黒潮大蛇行」が、ついに終息したことが大きな要因とも言われています。これを機に国内の水産事情も良くなっていけばいいなと思っています。

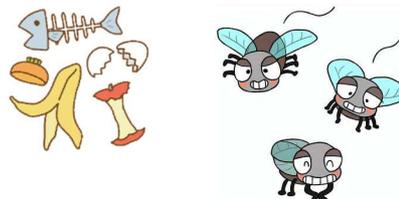
私の方は少し夜温が下がってきたら七輪・炭を準備して外で焼いた「さんま」で一杯やりたいと思っています。

なんか・・・いつも通りまとまりのない話しになりましたが、とにかく皆さんも美味しい旬の食材を食べて元気に過ごしましょう！！



聞いてみました！7月続編

夏場の生ごみなどの対策や工夫、どんなことをされていますか？
ご家庭でのみなさんの知恵を共有して暮らしにとり入れましょう♪♪



ベランダに置いてあるゴミ箱の小バエにずっと悩まされていたそうで、市販のいろんな防虫剤、殺虫剤を試したものの、効果なく・・・(結構な金額なのに(ノド)ツツク…)

今年は、ハッカ油+エタノールでハッカスプレーを作ってゴミ箱にスプレーしたら小バエが激減！！すごくいいよ！！とメンバーにもハッカスプレーを作って来てくれました。

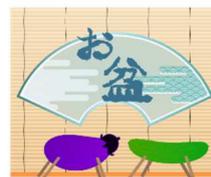
そして今回のこのお題・・・なんてタイムリー！！と盛り上がりましたよ。

ハッカの香りもさわやかだし、何より財布にやさしい！おススメだそうです。

(ヒュック)

聞いてみました！8月編

お盆の過ごし方についてお聞かせください。



お盆の過ごし方は、旦那様や、自分の実家への里帰りです。お墓参りをしたり、おじいちゃん & おばあちゃんたちとごちそうを食べながら色々な話をしたり、ご先祖様に感謝をしたりとそれぞれ良いお盆だった事を話しました。

(にこにこ)

今年のお盆は県外に帰省したり、松江に帰省したいとこと遊んだり、あっという間のお盆休み。県外に帰省した子は城崎マリンワールドに行き、子連れで1日楽しめたという話を聞き、いつかみんな旅行しにいきたいね。と盛り上がりました。

(だのん)

★お盆の過ごし方

Kさん…お寺さんが棚業に来られるので、墓や庭の草取り、家の掃除(障子の張り替えも)、盆飾りなど準備をする。親戚が盆礼に来られるのは14日15日。長女一家が来たのは17日で、一緒に自分の誕生祝いもやった。長男や孫たちみんなが協力してくれた。

Aさん…準備や片付けはみんなが手分けしてやった。孫は体調が悪くて二男だけが帰ってきた。

O…外の仕事(墓の掃除や庭の草取りなど)は夫がやり、中の仕事(盆飾りや掃除など)は妻がした。盆提灯を組み立てたり片付けたりするのを長女がやってくれて助かった。13日、二男一家がやってきて一緒にお昼を食べた。14日は2軒の親戚が盆礼に来られた。家ごとに風習があり、仏さんもおられるのでお出かけはできません。

(人生エンジョイ)

お盆の過ごし方・・・お盆は通常業務なのでお盆前の連休に子ども家族が帰ってきた所もありました。久しぶりに皆揃ったという方もあったり、やはりお盆は家族が揃いやすいですね。わたしは・・・お盆は早めのお墓参りをして、子どもたちは仕事だったので2人でのんびり旅行をしてみました。

(姫りんご)

くらぶのようす

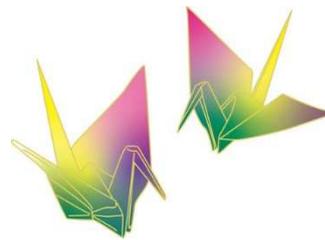
くらぶからの報告書に寄せられた「わたしたちのくらぶ」の様子を紹介します♪
こんな話で盛り上がりました(◡‿◡)｡◕‿◕｡ ♡



浜田市の健康づくり、介護予防推進出前講座を開催しました。市役所から保健師、リハビリ専門職に来ていただき「フレイルに関する話」を聞きました。

(ひまわり会)

今回のおしゃべりくらぶは「折り鶴昇華再生活動」に取り組みました。メンバーの皆さんに提案したところ、平和運動にかかる活動に全員賛同していただき実施しました。世界中の平和について話し合いながらの活動でとても有意義なおしゃべりくらぶでした。



(ぷりてい)

毎回、「暑い！！」で始まる会話も少しずつ変わってきました。朝・夕涼しく（でも20度以上ありますが）なってきたね・・・近くの田んぼの稲穂もみどり色から黄みどり色にと変わってきました。次週には「黄金色」になってるかな？

(カモミール)

今月は木材で飾り棚を作りました。50～70代の集まりなので終活の話でも盛り上がりました。昔、高い着物を買ってお嫁に持ってきたのに、今は必要なく処分しようと思って買い取り業者に持って行ったけどタダだったとか！！ランチ代くらいにはなると思っていたのに・・・みんなが共感した話でした。それを大笑いで！

(さくらガール)

子どもたちと一緒に、みんなでしゃぶしゃぶパーティーをしました。夏ですが、汗をかきながら美味しく楽しく過ごしました。



(にっこり)

今日はデマンドタクシーを利用して波多満壽の湯へ出かけました。メンバーの一人が都合で不参加でした。誰もが腰が痛い、足が痛いところだらけで、湿布や痛み止め、果てはMRIの受診などが話題になり、年金生活で介護保険料に加え高齢者医療制度のはなしなど、ぐちぐちとした話でした。おしゃべりクラブに感謝です。



(ひまわり)



秋の総代・組合員交流会のご案内



10月14日～スタート

組合員ならどなたでも参加できます♪

託児も備えていますので小さいお子さんがおられても気軽に参加できます♪

生協についてさらに知ったり、みんなで交流しておしゃべりを通して元気になれる場です。

各会場とも 10:00～12:30 となります。

お持ち帰り商品やお弁当を準備しています(^o^)

参加には事前申し込みが必要なので、**組合員サービスセンター ☎0120-336-021**

に下記を参照し、参加希望日と会場をお伝えください。



日時	曜日	支所	会場	住所
10月14日	火	松江北	くにびきメッセ 小ホール	松江市学園南1丁目2-1
10月15日	水	松江南 (安来)	安来市学習訓練センター 視聴覚室	安来市今津町532-3
10月16日	木	大田	仁摩農村環境改善センター	大田市仁摩町仁万540-1
10月17日	金	松江南	さんびる文化センタープラバホール 大会議室	松江市西津田6丁目5-44
		雲南	下熊谷交流センター	雲南市木次町下熊谷1096-1
10月22日	水	浜田	石央文化ホール 小ホール	浜田市黒川町4175
10月23日	木	浜田 (江津)	パレットごうつ 会議室1	江津市江津町1518-1
10月24日	金	出雲	朱鷺会館 大ホール (2)	出雲市西新町二丁目2456-4
		益田	グラントワ 多目的ギャラリー	益田市有明町5-15
11月1日	土	隠岐の島	隠岐島文化会館 集会室	隠岐の島町西町吉田の二



おたのしみ

今週 9月2回配送週 (9月8日～12日) に、「くらぶ」で使っていただく「おたのしみ商品」をお届けしています。代表の方のお届け商品にいっしょに入っていますので、ご確認いただき、集まりの際のおしゃべりのおともどうぞ♪

※「商品お届け表兼請求書」には「試食〇〇 〇円」と表示されます。



商品名：あまずっぱいいちごミルクサンド
 次回予定：9月3回 (シエル)
 参考価格：248円 (税抜き)

商品名：アラビカ100%アイスコーヒー
 次回予定：12月1回 (シエル)
 参考価格：398円 (税抜き)

来月は10月2回配送週 (10月6日～10日) にお届け予定としています。
 お届け予定商品は・・・まだ悩んでいますのでお楽しみにしておいてください(^)♪