

コミュニティスペース 「わらわら広場」で 「ブラジル料理を楽しむ会」を 開催しました!!

buffet形式で、楽しく盛り付けます



ブラジルでよく飲まれているガラナ。コーラよりもあっさりしている

9月1日、ゆいま～る神南のコミュニティスペース「わらわら広場」にて「ブラジル料理を楽しむ会」が開かれ、入居者・スタッフ12名が参加しました。JICA(国際協力機構)シニア海外協力隊として、ブラジル在住経験のある入居者の森一人・悦子夫妻とスタッフが中心となり、準備を進めました。ブラジルの基礎知識を学んだり、珍しいブラジルの料理に舌鼓を打ち、夏の終わりの楽しいひと時を過ごしました。

料理準備から参加してくれたのは、入居者の森さんご夫妻、他人居者の方、森さんのお孫さん(6歳)です。お子さんが来てくれたことで、準備は和やかな雰囲気気で順調に進みました。

おいしいお料理を食べる前に、まずはブラジルの基礎知識を学びます。「ブラジルの面積は日本の何倍?」「(22・5倍)」「ブラジルの有名な滝は?」「(イグアスの滝)など参加しやすいクイズ形式。合間に森さんご夫妻の補足が入ります。森さんのお孫さんを交えてブラジルの公用語であるポルトガル語であいさつするなど、ブラジルについて理解が深まったところで、お料理ができました!!

各々お皿を持って、buffet形式で食べたいものを



【メニュー】
フェイスン
リングイッサ(ブラジルのソーセージ)
サラダ(トマトときゅうりの塩昆布サラダ)
ポンジケージョ
アサイボール
飲み物(ガラナ・アサイジュース)

食べたいただけよそいます。メインのフェイスンは、豆を使ったブラジルの家庭料理。豆、ベーコン、玉ねぎ、ローリエ、んにく、塩というシンプルな味つけです。ソーセージはかなり肉感が強く、香辛料が効いてい

毎日の利用からイベントまで!

「わらわら広場」でお待ちしています

「わらわら広場」をはじめとする「ゆいま〜る神南」のコミュニティスペースでは、ブラジル料理を楽しむ会のようなイベントから毎日のラジオ体操まで、入居者とともに利用しやすいスペースづくりを目指しています。これまで開かれたイベント等の一部をご紹介します。



転倒予防! コロバンズ体操

7月23日に、みなと医療生協の理学療法士の方をお招きして、転倒予防の「コロバンズ体操」が開催されました。転倒しないためにはどこの筋肉が必要なのか、年を重ねていくと転倒が多いのはなぜ? 歩き方はどう変化していくのか? 絵を使ったわかりやすい説明とクイズ形式で楽しく知識を身に着けました。



ゆいま〜るセミナー

「いきいき支援センター”って、どんなところ?”

7月11日、講師に名古屋市港区いきいき支援センターの方を迎え、身近にある相談窓口「いきいき支援センター」の取り組みについてお話いただきました。



ラジオ体操

毎朝、入居者・スタッフによるラジオ体操を実施しています（自由参加）。安否確認の木札をフロントに届けるついでに、参加される方も。

健康麻雀

わらわら広場隣の娛樂室では、入居者による健康麻雀が行われています。頭の体操にもってこいです。



※これからも、楽しいイベントや役に立つセミナーなど、随時、計画していきます。ご興味がありましたら、ぜひお問い合わせください。お待ちしております。



「味も濃いめ。ヤシ科の植物アサイはブルーベリーに似ている、抗酸化作用のあるポリフェノールが豊富。日本でもここ数年注目されています。バナナやコーンフレークと合わせて食べやすいデザートにしました。ほかにも、チーズ味のもちもち触感が人気のパン・ポンジケージョ、ガラナとアサイジュースなど飲み物も楽しみました。」

「ガラナは初めて飲んだわ」「フェイジョンは食べやすい。おかわりした」と、評判も上々。食後は、森さんがJICAの活動として行っていた巡回診療や暮らしの様子など、写真とともに説明がありました。ブラジル滞在時、休日にはピラニア釣りをしたという森さんご夫妻。「ピラニアはスーぷにするとおいしい」「だけど、釣りの時、糸を外すのは危険だから、ブラジルの人にやってもらおうの」と、現地在住ならではの情報も飛び出し、一同びっくり。

その後、リオのカーニバルの動画を鑑賞。「あまりやせた人はいないね(笑)」「衣装が原色で日本とは違うねえ」など、皆さんで楽しそうに感想を言い合いながらお聞きとなりました。



[1] パンチの効いた味のソーセージ [2] トマトとキュウリのサラダでさっぱり [3] ブラジルの基礎知識も学び、充実!!

名古屋にふたつの「ゆいま〜る」

現地
見学会
毎日開催

[入居相談室].....
フリーダイヤル **0120-812-560** (10:00-17:00)

ゆいま〜る 神南

ホームページ
<https://yui-marl.jp/jinnan/>
〒455-0021 愛知県名古屋市
港区木場町6番18
ビレッジハウス
木場タワー101

ゆいま〜る 大曽根

ホームページ
<https://yui-marl.jp/ozone/>
〒462-0810 愛知県名古屋市北区
山田二丁目11番62号
大曽根併存住宅
1棟1階