

おりあい

会報 2024-07 VOL. 155

発行:NPO 法人じねん舎 じねん舎クラブ

住所:〒803-0278

北九州市小倉南区徳吉西1丁目8-6

TEL093-383-7866 FAX093-383-7866

Eメール: jinensha@dream.ocn.ne.jp

<https://www.jinensha.online>



みんなの広場

テーマ

私のベスト5

ブログ始めました
見に来てください

私の好きな福岡県内の山 ベスト5

- 1 福智山
- 2 英彦山
- 3 犬ヶ岳 ~ 求菩提山
- 4 古処山
- 5 小文字山



福岡県内と言っても、北九州方面に偏っています。福智山は家からすぐ行けるというのが一番ですが、たくさんのルートがあって、いろんな楽しみ方ができます。山頂からの景色もいいです。5番目にあげた小文字山も低い山ですが、景色がいい山です。

私のコナミ (BEMANI) ソング ベスト5

- 1 Follow Tomorrow (IIDX)
- 2 Gold Rush (IIDX) 曲は CS Version
- 3 E.D.S.M.(DDR)
- 4 夢幻の光(ポップン)
- 5 Begin(ギタドラ)

YouTube から好きな曲。M.S



私の好きなサメ映画 ベスト5

- 1 ジョーズ
- 2 ロストヴァケーション
- 3 海底47m
- 4 オープンウォーター
- 5 コン・ティキ



ビーチ、湖、雪山、家の中等々場所を選ばない、サメ？とは何であるかと考えさせられるものが多種多様にあるサメ映画の中で、人を主軸にしたサメが舞台装置であるものを基準に選びました。K.A

私の2023年度じねん舎食事会 ベスト5

- 1 肉吸い + 卵かけごはん
- 2 肉豆腐
- 3 バラ焼き
- 4 ラー油肉ソーメン
- 5 至高のバターチキンカレー



昨年4月から1月まで13回の食事会があった。どれも美味しかったです、特に印象に残った順にランク付けしました。とりわけ、肉吸いはダシ汁も肉にしみこみお美味しかったです。卵かけご飯ともマッチしていました。後で知りましたが、発祥の店が大阪難波にある「千とせ」という店で、明石家さんまらがテレビ・ラジオで広め有名になったそうです。S

私の飼育した事のある好きなコリドラス ベスト5

- 1 コリドラス・アドルフオイ
- 2 コリドラス・コンコロール
- 3 コリドラス・オイアポクエンシス
- 4 コリドラス・シミリス
- 5 コリドラス・レウコメラス



コリドラスは2~3匹まとめて買うと同種同士で集まる習性があり、かわいいのだが、コリドラス・アドルフオイは1匹でも絵になる、美しいコリドラスだと思う。コリドラス・コンコロールは頭部から胴にかけて深緑色ぼくて胴から尾にかけてオレンジぽいと僕には見える。何とも言えない色彩で体型もカッコ良いコリドラスだ。コリドラス・レウコメラスは、夕方、ライトを消すと活発に泳ぎ回り、家族の目を楽しませてくれた。M・S

私の好きなハードロックの名盤 ベスト5

- 1 ジューダスプリースト「ペインキラー」
- 2 ラウドネス「ソルジャー オブ フォーチュン」
- 3 ピンククリーム 69「ワンサイズ・フィッツ・オール」
- 4 ハンマーフォール「グローリー・トゥ・ザ・ブレイブ」
- 5 テン「ネーム・オブ・ザ・ローズ」



①は話す事ないでしょう。永遠の名盤です。イギリスのバンド。②は、日本のバンドにアメリカ人のボーカルが入った時代の名盤。③は、ドイツのバンドだがここまでやるとは思わなかった。④は、スウェーデンのバンド、未だに彼らはこのデビュー作を越えていない。⑤は、このバンドの一番好きな作品。イギリスのバンド。帆足明雄

私の好きな動物 ベスト5

- 1 ユキヒョウ
- 2 亀
- 3 マーゲイ
- 4 オセロット
- 5 ウンピョウ



亀は昔から好きでしたが、やはり中～大型ネコ科が好きかも。石井

私の好きな哲学者ランキング ベスト5

- 1 ヘラクレイトス
- 2 プラトン
- 3 アナクシマンドロス
- 4 エンペドクレス
- 5 ヘーゲル



ヘーゲルには対立する二項の運動である弁証法という思考方法があり、それは古代ギリシャの自然哲学者ヘラクレイトスの万物流転の原理にも通じるものだと考えています。弁証法が好きなのでこの二者を選びました。松崎崇志

私の好きな曲 ベスト5

- 1 フローラのめぐみ
- 2 夢のかなたへ
- 3 あい 夢のかなたへ
- 4 まけないで (松下電工)
- 5 君の瞳に花束を (夜空の星よ)



ラジオでね。いい曲がありました。いい歌♪ 林久仁子

私の好きな野菜 ベスト5

- 1 ズッキーニ
- 2 カリフラワー
- 3 里芋
- 4 ナス
- 5 ヤーコン



10年以上畑で野菜を作っています。その中で、自分なりに収穫までのテクニックが確立できたと思うランキングです。最初は失敗していた物ばかりですが、今は安定して育てられるようになりました。5位のヤーコンは、今は苗が販売されておらず、ずっと元の株を途絶えさせないよう大切にしています。IT関連

私の 矢沢永吉 ベスト5

- 1 止まらない H a ~ H a ~
- 2 ウイスキー・コーク
- 3 あの z z z z z 娘と暮らせない
- 4 雨のハイウェイ
- 5 チャイナタウン



矢沢さんは年の取り方が良いですね。高橋

私の 大切な人 ベスト5

- 1 息子
- 2 両親
- 3 姉
- 4 夫
- 5 友人



家族がいてくれて今の私があります。友人も病気を発症しても昔とかわらず、仲良くしてくれています。大切にしてくれている分、私の何倍もおかえししたいと思っています。塩川



2023 年度じねん舎クラブ活動報告

1, 食事会報告

第一、第三週水曜日に開催

4月5日	麻婆カレー	8月16日	豚の生姜焼き	1月10日	バラ焼き
4月19日	肉うどん	9月6日	ガパオライス	2月7日	豚キムチ
5月17日	肉じゃが	9月20日	肉すい+卵かけごはん	2月21日	汁なし担々麺
6月7日	海鮮あんかけ焼きそば	10月3日	ビーフカレー	3月6日	ルーロー飯
7月5日	バターチキンカレー	11月1日	欧風カレー		
7月19日	ラー油肉ソーメン	12月6日	肉豆腐		

2, 映画鑑賞会報告

第3週金曜日に開催

3, 音楽鑑賞会報告

第二、第四週金曜日に開催

4, ミーティング報告

第二、第四週水曜日に開催

テーマについては、目安箱を利用しました。

4月12日	人との接し方：新しい人との	9月27日	自分流について
4月26日	家族と喧嘩したとき：言葉使いについて	10月11日	出来れば親に甘える事
5月10日	新しい人との付き合いかた。 生活リズムについて	10月25日	疲れた時、被害的に考えることへの対処法
5月24日	睡眠について	11月8日	人にしてほしいことを優しく伝える方法
6月14日	噂話について、どうするか。	11月22日	フリートーク
6月28日	苦痛の対処法	12月13日	じねん舎でしたいこと、求めること
7月12日	落込みそうな時、 リカバリーできる方法、強み	1月24日	『最近見た本、映画等で印象に残ったフレーズは』『自分の特技は』
7月26日	やりたいことを 見つけるためにすること	2月28日	孤立を防ぐために
8月9日	人の輪への入り方、入れ方	3月13日	疎外感を感じている人に対して
8月23日	調子が悪くなった時の話	3月27日	人と接し方
9月13日	出来ること、出来ない事		

5. プランター花壇報告

季節ごとに植え替えを行い、花以外も栽培をしました。

花の水やり、手入れを行う時に手伝いの声掛けを行いました。

花壇を新たに設置しました。

室内に観賞植物を設置しました。

6. アクアリウム報告

水替え等の世話を、水槽の日として隔週月曜日に行いました。

ペットショップ等買い出し等を行いました。

7. レクリエーション報告

4月3日	花見会	9月29日	いのちのたび博物館	1月31日	文学館
6月21日	金毘羅池	10月18日	BBQ	2月14日	梅見会
8月2日	納涼会	12月20日	クリスマス会	3月29日	花見会
8月30日	千仏鍾乳洞	1月17日	新年会		

8. コーヒー焙煎報告

料理の会やレクリエーション等の行事の際、一緒に飲めるよう定期的に焙煎は続けている。

隔週月曜日をコーヒー焙煎と設定しました。豆の分別、焙煎を行いました。

9. 広報報告

会報発行は1回でした。

ホームページはブログを開始し、毎月、予定表を更新しました。