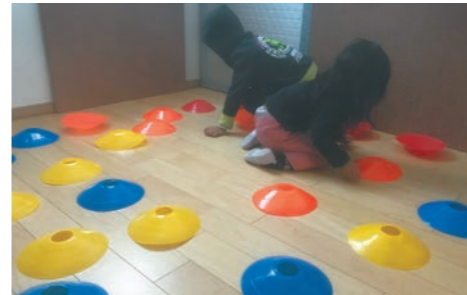


楽しく過ごそう
みんなのおうち時間

新型コロナウイルス感染予防のため、おうちで過ごす時間が増えましたね。みなさんはどのように過ごしていますか？今回はみなさんのおうち時間を楽しむ工夫を聞きました。

組合員に聞きました！
おうち時間、どんな風に過ごしていますか？

◎エビカニクス、ミナモダンス等を朝から踊り、今月のうたを歌い、読み聞かせ絵本タイム、と幼稚園さながらのスタート。そこから自主勉強(なかなか進まない)。教科書とポピーをつかって自力でやっています。学校から時間割プリントも来ていて、**学校幼稚園ごっこ**(ほぼ授業にならない日もある)と称して過ごしています。体育の時間は、体操教室で習ったマーカーコーンをつかったトレーニングや、ボール遊びをして過ごしています。(岐阜市 うさぼんださん)



◎いつかやろうと後回しにしていた「**写真整理**」をしています。既にプリントしたもののだけでなく、データの整理もして、この機会に本当に必要な物だけを残そうと思っています。(各務原市 ぼぶろさん)

◎工作、パン作り、うどん作り、人がいない山や広場を探して散歩などしてました。5歳の子が家の事を少しできるようになった事が大きな収穫です。子どもとじっくり付き合わなくちゃいけなくなりましたが、**これだけ向き合えるのは今だけだ**と思います。日々過ごしてます。(高山市 ほそみさん)

◎中学生、高校生の子とも室内で**風船のバレーボール**をしています。イライラしたら身体を動かすとスッキリ！何回もやっています。気分転換になりますよ。(岐阜市 みっちーさん)

◎**ペットボトルのピース作り**にはまっています。炭酸水のペットボトルの内側に油性ペンで色を塗って細く切ってトースターで10秒ほど焼くだけ！くるんと丸まりカラフルなピースが出来上がり！(岐阜市 ucaさん)



◎**外で水風船投げ**をして遊んでいます。小さい風船ではなく、普通サイズの風船に水を入れて投げっこすると、なかなか割れなくて楽しいです。(山県市 みきさん)

◎どこへも行けない日ばかりなので、少しずつですが**毎日ここと場所を決めて片付け**をしています。あまり一度にたくさんやると続かないので1日1カ所と決めてやっています。(郡上市 みきママさん)

◎遠くへ外出ができないので**主人との散歩**が増えました。散歩の途中、お店を見つけたらテイクアウトして楽しい昼食タイムになっています。自分なりに時間割を決めて過ごしていると、意外に「もうこんな時間？」と思うことがありますよ。(羽島市 篠田さん)

身近なものでくらしをワンランクUPしてみよう！

くらしの
エッセンス

フードコーディネーター・テーブルコーディネーター 池村 晃子
※ DEKOバックナンバーより

キッチン収納



100円ショップのアイテムを使って、ナチュラルでおしゃれ、しかも使いやすいキッチンにする収納アイデアをご紹介します。



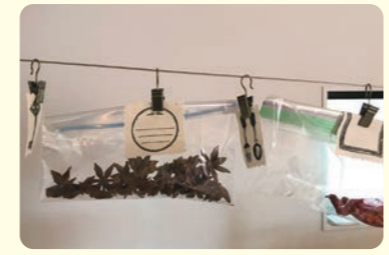
野菜は布製ティッシュケースカバーでぶら下げて収納。玉ねぎやじゃがいもなど、蒸れずに保存できます。



トイレトーパーケースに、ラップやオーブンシートを収納。毎日使うものだから、出しやすい場所にぶら下げておきたいですね。



木製ケース、イーゼル(写真などを飾る三脚)、瓶で特製スパイスラック。イーゼルで斜めに収納できるので、見やすく取り出しやすい。



カーテンクリップでスパイスをとめて。パッと一目で中身が分かります。ハーブをそのままとめて乾燥させてもいいですね。

お庭でランチ



色とりどりの紙皿やプラスチックのワイングラスで、明るいうちから乾杯！ちょっと特別な楽しい時間がすごせます！



ハーブやサンチュは、水をはったカップに盛り見た目も瑞々しく。おつまみや食材で、食卓をカラフルに彩りましょう。



クリアカップの底に砂を入れて紙コップを合わせれば、かわいいカトラリー入れの出来上がり！



100円ショップの紙製ランチボックスを活用。使い捨てできるので、後片づけも楽ちんですね。



市販のクリアカップでひと工夫。あらかじめ少量の水をはり凍らせておきます。そこへ野菜スティックを入れると、冷たさが長持ちしますよ。

自粛期間中の
プラスとマイナス

プラス

- ◎子守りをしていると、自分だけの時間は全然ありません。でも、今はそれを楽しんでいる自分がいます。歳をとって、性格がまあなくなったのかな？やはり、孫たちのパワーは、すごいです。(大垣市 卑弥呼さん)
- ◎今年高校生の子ども、元々料理は好きでしたが、時間があるのでわたしが忙しい時は家族のご飯を作ってくれます。そして、部屋をきれいにする様になってビックリ！(郡上市 ひろちいままさん)
- ◎買い物の回数と外食が減り、出費が減りました。(池田町 しおママさん)
- ◎主人が自宅待機で、定年後のシミュレーションしてる感じです。(多治見市 ぼーちゃんさん)

マイナス

- ◎小中学生の子どもは予定のない日が多すぎて、怠ける・サボることが増えた気がします。でも夏休み等と違って少々のことでは叱れません。大人は仕事や買い物で外に出られますが、子どもたちは自粛一色で一番辛いから。イライラやワガママは仕方ないと理解してあげようと思っています。(岐阜市 すみっちさん)
- ◎兄弟喧嘩が多くなりました。(下呂市 みけさん)
- ◎動かないせに3食プラスおやつをしっかり食べるので、体重が増えました……。(岐阜市 ふみさん)
- ◎何気ない会話が増えた。反面、些細なことで言い争うように……。(大野町 あんあんさん)