



# あづまの森だより

~2018年11月号~



10月のクッキングは・・・  
「カボチャの茶巾絞り」  
皆さまとても手際よく  
まるで和菓子職人のようでした。  
素材の魅力を存分に生かし  
かぼちゃとあんこの絶妙なマリージュ。  
皆でおしくいただきました



見事な包丁さばき・・・  
御見それしました





いいなあ

森さんいつも  
撮影ありがとう

### 午後の日常風景



## マザーの心に響くいい言葉

「言葉」には力があります・・・

古くからのいい伝え。道を究めた人達の名言。あの人が大事にしているひとこと。  
心に残って、ある時ふと思い出す。迷いが晴れて、一步踏み出す勇気をくれる。  
そんな心に響くいい言葉を紹介していきたいと思います。

### 【オーストラリアの先住民 アボリジニ】

**知れば知るほど必要なものはなくなる。**

オーストラリアの先住民・アボリジニに伝わる格言。情報社会に生きる私達はついつい  
「もっともっと」と求めてしまうけれど、本当に自分を幸せにするものは  
何か見つめ直すことも大切かもしれません・・・

東京清風園 高齢者在宅サービスセンター

墨田区立花1-25-12

☎03-6861-8771