

今月のテーマは 「コロナ禍で新しく始めたこと・発見したこと」

料理



「パン作り」

コロナ禍で新しく始めたことはパン作りです。TVなどで紹介されていたこともあり、もらい物で眠っていたホームベーカリーを出し、休みの前の日に作っています。朝焼き上がるようにセットして、パンの焼いた匂いが朝起きた時に香ると幸せな気分になります。たまごサンドにしたり、ベーコンをのせて食べたり、色々バリエーション豊富なので、どうやって食べようかなと考えるのも楽しみの一つであります。

むつ市の「R・Rママ」さん

「作りすぎ注意」

コロナ禍で外出、仕事他、制限が多い中、テレビっ子です。動画サイトの料理にはまっています。楽しいですよ。弁当編、おにぎり編、様々です。これは自分の好みに合うなあと思うものは作ってみます。とにかく身近な食材、簡単な説明（すごく詳しくなくていいのです。主婦はアイデア聞けば大体わかるから!!）結果、食べるのが楽しくなり過ぎ、ちよいと体型が…。

八戸市「まさ奴どす」さん

スポーツ



「歩くこと」

コロナ禍だから、外出が減って運動不足になりやすいので、1人でできるウォーキングを始めました。土手や近くの広い公園をめざし、早朝か夕方に。結構、歩いている人は多いですね。新しい歩くコースを発掘したり楽しいです。

青森市 M・Kさん

「少しゆっくりに」

ずっとマラソンやっていますが、大会がほぼ中止になったので、スロースピード・ランをやめ、スロースピード・ランを始めました。

青森市 K・Hさん

趣味

「パズル」

「パズル」に挑戦しています。1000ピースのジグソーパズル、漢字パズル、苦手なナンプレ。ジグソーパズルは6枚、飾るところがなくなっただけで終了。少しはボケ防止になっているかなあ…（笑）

むつ市のH・Yさん

「まずは一曲」

三味線を始めて毎日練習しています。ずっとやりたかったけれど、なかなか踏み出せないままでしたが、家にいる時間、何かしたいと思い、習うことにしました。早く曲を弾けるようになりたいです。

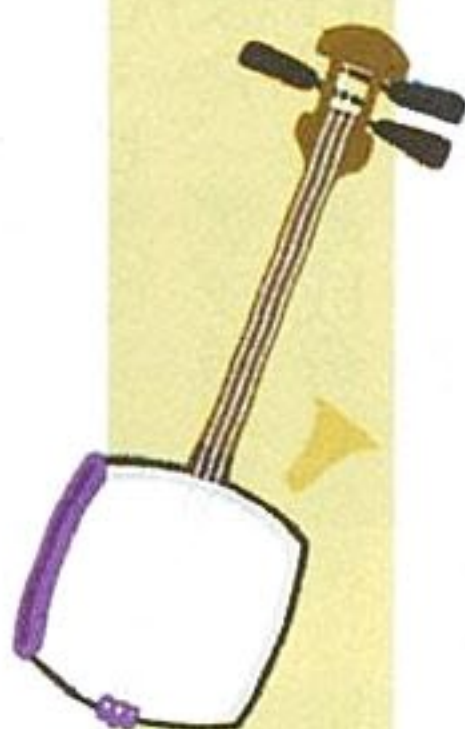
三沢市の組合員さん

発見



「離れていても」

人との会話がいかに大事でありがたい事かと、改めて感じました。優しいひとで心が軽くなり、前向きになります。又、おかげ様でスマホがあり、無料のアプリ通話やビデオ通話があり、会えなくても子供や孫の顔が見られたり、会話が出来る事が嬉しいです。昔は一家に1台の電話。今は1人1台のケータイ電話。ありがたいです。むつ市「4匹の子豚ママ」さん



「文字を書く」

文章を書く時間が増えました。書いてみて自分の考えを整理したり、漢字の「カキトリ」で頭を悩ませたりです。

新郷村 N・Sさん

「読書」

コロナ禍で始めたことといえば：読書ですね。毎日のニュースがコロナのことばかりになってしまいい、落ち着かなくなりました。TVを消して本を読むと、すーっと心が落ち着く気がします。何十年も前に購入した本でも却って新鮮で、夢中になれるのが嬉しいです。

弘前市 Y・Oさん

「皆さんはどう思いますか？」

田舎だからこそ、こわい！と感じますね。私は息子、娘達は青森県内にいますが、それでも来た時はうれしいです。ですが帰った後、気になります。まして、何ば検査してくる子供さん、県外から来れば耳に入ってくるんですよ。こういう世の中だから仕方ないのですが、「よく来るつきや、コロナなのに！早く帰ったらいいのに。来なけりやいいのに」なんて聞くと、胸に残りますよね。9月10日に2回目のワクチン受けますが、何事もなければいいですね！早く普通（以前）の生活になりますように…。

とある市町村の組合員さん

はばたき1月号のテーマは

- ①「お餅のリメイク方法」と
- ②「子どものお年玉どうしてますか」です。

はばたき1月号はテーマを2つ募集いたします。①お正月に買って余ってしまったお餅、皆さんはどのように食べきっていますか、もしご家庭での工夫があれば教えてください②皆さんのご家庭では、お子さん（お孫さん）がもらったお年玉はどうしていますか？貯蓄はもちろん使い方を、使わせ方について教えてください。氏名（よみがな）・組合員番号・掲載時のお名前を明記の上、下記の応募先へ応募してください。メ切は11月22日（消印有効）です。ご応募お待ちしております。