

つくしセンターニュース

発行元
つくしセンター
〒943-0823
上越市高土町3-2-12
TEL 025-521-2860
FAX 025-521-2861
URL <http://www.tsukushi-center.com>

歩いていると後ろから追い越す風も日に日に冷たくなって、見上げる妙高山には紅葉と共に白い雪がうっすらと見られるようになりました。朝晩の冷え込みにまだまだ身体が慣れません。皆様は体調はいかがですか。またこれからぐんぐん気温が下がっていくと思います。防寒着、暖房器具の準備はしましたか。身体をあたたくすることが風邪予防の第一歩です。手洗い・うがいはもちろんですが、冬将軍が来る前に備えを確認してはどうでしょうか。つくしセンターでも、この寒くなる季節に、ホットドリンクフェアを開催します。あたたかいセンターへお茶を飲みに来ませんか。また、ボリューム満点、心も体も温まるワンコインランチ！も毎週火曜日にご用意して皆様のご来店を待っています。

秋の福島・会津の旅★行ってきました

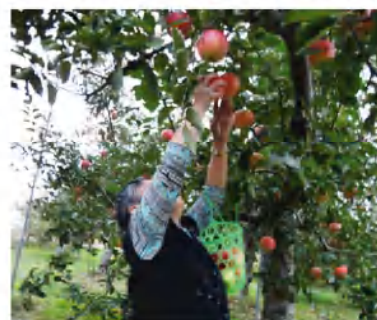


10月18日(木)～19日(金)つくしセンター泊研修旅行に行ってきました。今年は福島県会津若松“芦ノ牧温泉”へ。参加者は総勢19名。今回も上越市福祉バスを利用させていただき、途中休憩を挟みながらゆっくり行きました。

最初は鶴ヶ城。郷土料理わっぱ飯に舌鼓を打った後は、天守閣見学へ。戦国時代に数々の大名が治めたこの城、上越ゆかりの上杉謙信の養子の上杉景勝もその内の一人とのことでした。

次はりんご狩りで『がぶりガーデン』へ。一人ひとりがカゴを渡され、その中にりんご取り放題そして食べ放題！みなさんお土産にとりんごでカゴいっぱいにして、お腹もいっぱいになりました。

宿泊は、丸峰観光ホテル。大きくキレイな温泉宿で、大浴場の規模もでかい。全長30メートルはありそうなスケールの大きなお風呂でした。



宴会では、おいしい料理を食べながら、差しつ差されつ、好きな歌を歌い、また宿からのサービスで剣舞の披露があったり、大満足の宿でした。

2日目は、磐梯ゴールドラインを通り五色沼へ。山の紅葉も始まりかけ、車窓から眺める澄んだ青空と山々の紅葉の景色はとてもきれいでした。

旅の最後は喜多方にておいしいラーメンを食べ帰路につきました。楽しくて、おいしい2日間。参加された皆様お疲れ様でした。夜良く眠れなかった方、ご自宅へ帰ってからよく眠れましたでしょうか。また来年に向け、こんな所へ行きたい！アイデア募集しています。



第12回はさ木フェスタ盛況



10月7日(日)第12回はさ木フェスタがいなほ園前はさ木公園内にて行われました。

今回は、金管アンサンブルコンサートや大学生

によるよさこいソーランの披露、講演会に足湯、パン作り体験などさまざまな催しが開かれ楽しい内容となりました。もちろんおいしい食べ物もたくさん。センターからは炭火焼『肉巻おにぎり』『とうもろこし』『杏仁豆腐』などを出店し大盛況をいただきほぼ完売しました。

つくし工房はK-POPダンスを披露。キュートなダンスで会場を席巻しました。



BBQしちゃいました



10月24日(水)今月の月替わり活動として、“秋の味覚を味わうBBQ(バーベキュー)”を行いました。当日は総勢17名の方が参加してくれました。お肉、サンマ、フランクフルト、トン汁、炊き込みご飯とボリューム満点。また炭火焼きのお肉やサンマはとてもおいしかったです。ちょっと焦げてごめんなさい。火力がつよくて・・・

まさに食欲の秋でしたね。次回の月替わり活動企画乞うご期待ください！

