



【たんと。各口座への振込みについて】

※振り込み手数料につきましては、ご利用者負担になります。

《口座》

◆八十二銀行 岩村田支店 No. 736950

口座名「特定非営利活動法人たんと 理事 内田清司」

※インターネットバンキングを利用している方々は、振り込み手数料が無料になっています。

◆ゆうちょ銀行 No. 11120-35192221

口座名「特定非営利活動法人たんと」

※ゆうちょ銀行の振込み手数料については、現在キャンペーン中のため無料になっています。

※賛助会員用の振替口座には利用料は振り込まないようにお願いします。

★その他の銀行などでの引き落としをご希望の利用者様につきましては、現在検討をしておりますが、どの銀行もある程度の利用者が集まらないと登録できません。

そこで、八十二銀行以外の銀行を利用している方で口座引き落としをご希望の方は、飯島まで御一報いただけますよう、よろしくお願いします。

希望者多数の場合は、今後、口座開設等の手続きを行う予定です。

あとがき

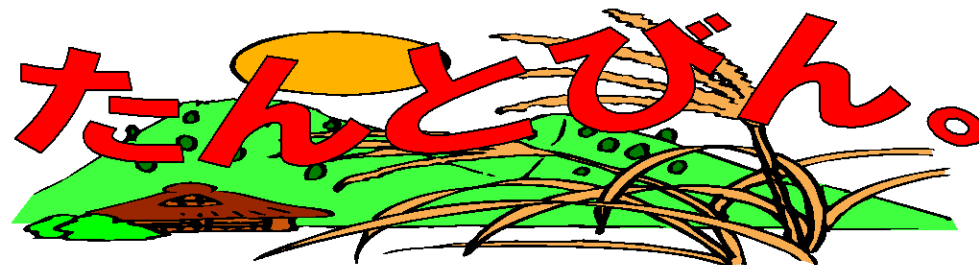
暑い日が続いていますが、季節は秋になりました。秋といえば、食欲の秋♪でも、心配になってくるのが…体重増加！ついつい食べ過ぎてしまいます。秋は『ダイエット』という課題が課せられますよね。

私、ダイエット宣言をしてから、はや半年が経とうとしていますが、全く痩せておりません(笑)話題のダイエット法を片っ端から試してみのですが、なかなか続かず…知識ばかりが増えていきます…

最近のダイエット法は歪みをなおして、見た目を変えていくものが多いですね。体重を減らすより、見た目を変えるダイエット。簡単なものも多いです。毎日やるとなると、私は続きませんが…(笑)

次はヨガにチャレンジしてみようと思っています！続くといいなあ。何かいいダイエット法があれば是非教えてください！

(本間)



2008年9月号

〒385-0021

長野県佐久市長土呂587-6

TEL0267-68-7977 ✉ tanto@karuizawa.ne.jp

FAX0267-68-7978



やまをのぼるおとこたち！

たんと
Tanto

7月のスクール

7月5日 「あいあいで七夕」

あいあいで七夕飾りを作りました。まずは、山に笹を取りに行くことから始めました。ノコギリを使って慎重に笹を切っていきます。少し怖くても、ギコギコ始めたら



すぐにスパンと切れました。笹をあいあいの窓辺につるして、今度は飾り付けや願い事を書いた短冊を作りました。みんな思い思いの願い事を書いてぶら下げました。お昼はみんなでチラシ寿司を作って、七夕飾りが風に揺れるのを眺めながら、楽しく食べました。



7月6日 「あいあいで七夕」

明日は『七夕』ということで、今日のスクールは皆で七夕をしました。笹は自分達で探しに行き、大きな笹を選んで取ってきました。あいあいに戻ってからその笹に、短冊と折り紙の飾りをたくさん飾りました。皆、お願いごとや絵を、自由にたくさん描いていました。

K君はいつも画用紙に描く絵を、短冊用に縦長に描いていました(笑)皆



《きょうだいスクール第2弾》

8月17日 「長者の森で夏をたのしもう♪」



今回は長者の森で遊んできました。山の中は涼しくて過ごしやすく、みんなで公園に流れている川でザザムシを捕まえたり、竿を持参したTくんはそれをエサにつりを楽しみました。Yくんは初めアミで魚を狙っていましたがなかなか上手いかず作戦変更!、枝や松ぼっくりを使って自分で釣り竿を作って魚を狙いました。釣れそうに釣れないもどかしい時間を、みんな集中して過ごせたね。

お昼を食べた後は午前中とは一変して、ターザンロープや滑り台で元気いっぱい遊びまわったり、川で冷やしておいたスイカでスイカ割りを楽しみました。なかなかスイカが割れなくて冷や冷やしたけれど、最後は二人の協力プレイで上手に割れて、おいしいスイカが食べれてよかったね。



たと利用状況		7月		8月	
		利用時間	利用人数	利用時間	利用人数
お預かり 宿泊 外出・訪問 スクール その他	お預かり	411h	158人	547.5h	156人
	宿泊	255.5h	13人	222h	11人
	外出・訪問	170h	81人	133h	70人
	スクール	325.5h	67人	376h	77人
	その他	15.5h	6人	22.5h	6人
合計		1177.5h	325人	1301h	320人

フrendシップ



とっても熱い白の中、元気いっぱい自由でバスケットを楽しんできました♪
体育館の往復ダッシュで常にトップスピード走ったり、自分流のアレンジを加えているDくんや、ゆっくりペースで走るYくん、シュート発表会でシュートを決

めるよりも、ボールをどれだけ高く投げられるかを試しているKくんなど、ほんとに自由デス(笑)

しかし試合になると雰囲気は一変！
試合前にチームメイトで円陣を組んだり、試合中は声を掛けたりパスを出し合って、うまくシュートが決まるとハイタッチで仲間を迎え、チームプレイを楽しんでいます。
次もバスケットを元気いっぱい楽しみましょー♪



で取ってきた笹が、とてもカラフルで素敵になりました☆
お昼はちらし寿司とゼリーを作り、皆で食べて、とてもたのしい一日になりました。

7月21日 「うみのひは…やまにいこう☆」



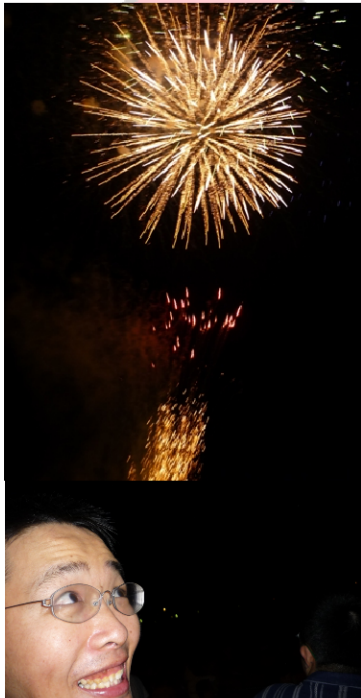
今年も海の白がやってきました！もちろんたんとは、海ではなく…山に行ってきました♪世間が海なら、たんとは山！(笑)しかし…山はガラガラという考えは甘く、たくさんの観光客で道は大渋滞(〜;)なんとか車を停めて、いざ山へ♪♪

山道ではマイペースに登っていき、無事にお昼を食べる場所までみんなたどり着くことが出来ました(〇^)^！帰りもマイペースに飛び跳ねながら降りる人や、どんどんハイペースで降りて行く人など自由な感じでした(*^_^*)また、機会があったらみんなで登ってご飯をたべたいねえ(〜)♪



8月のスクール

8月15日 「今年も行きます！はなびたいかい☆」

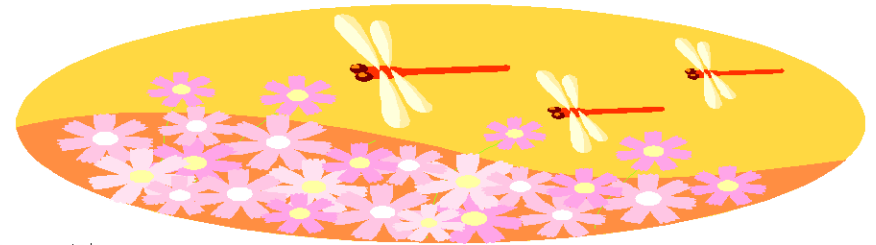


こうれいの、
さくしのはなび
たいかい
大会に行っ
てきました。
でみせです
きなものを
買って、食
べながら
キレイな花
火を思っ
う存分堪能
しました。打
ち上げ場
所の近くで
見ていた事
もあり、花
火の燃え
カスが落
ちてきたり
とハプニン
グもありま
したが、み
んな頭の上
で満開にひ
らく花火を
みて、少
々興奮気味
な時間をす
ごすことが
できました。



また、キープから通算10年目の記念として、

理事のみなさまからメッセージ付きの
打ち上げ花火を上げてもらい、今年は大
んとにとって特別な花火大会になりました。
(^)^



8月30日 「ちょうじゃのもりとかわあそび」

今回は長者の森と川遊びの予定でしたが、天気も悪く川の水も冷たい季節となってきたので、急きょ予定を変更し午前中ちょうど開催されていた「コスモス祭り」にみんなで行くことにしました。わたあめやとん汁を食べたり、開催される予定のピンゴ大会の商品をのぞいてみたり。お気に入りのソファーを見つけてくつろいだり、ワークスのみなさんの歌の発表を聞いたり。みんなそれぞれの楽しみ方で過ごしていました。



午後はあいあいへ行き、お昼を食べてからのんびりしたり、遊んだりしました。雨が降ったり止んだりして予定は変更になったけど、みんなお祭りの雰囲気を楽しんでくれたようでした。

