

発行日 2009年1月10日

2009年スタート!

新しい年がスタートしました。

みなさんは年頭に何か目標などは立てられましたか?

私は、『家族みんなが健康で過ごすこと』を目標にしました。

健康は何よりの財産です。

普段から病気にならないように常に健康管理を心がけたいですね。

チャイニーズドラゴン

昨年末、久々にインストラクター2人でペーパークラフトを作成しました。

今まで作成した中で一番大きいものです。なんと高さ28cm、全長43cmです。

A4のクラフト紙17枚を使ってつくりました。

教室入り口のカウンターに置いていますが、『これ見て!』と言わないと気づいてもらえないのがちょっと悲しいです。

かなり時間もかかりましたが、なかなかの出来栄です。

ぜひ『チャイニーズドラゴン』を見に来てください。



※ドラゴンが乗っている台も紙で作られています。

※今回の『しおん通信』がカラーなのは、このドラゴンを見せびらかしたいからです(笑)

気功

しおん通信 VOL15 でも気功についてお話しましたが、ますます深く『気』について興味を持つことになりました。

実は私事ですが、母が『気』のエネルギーで体の痛みをなくす治療を受けています。

ほんの10分歩くのもままならないため、週に2回車で連れて行って治療していただいています。初めて行った時に、治療しているところを見せていただきましたが、なんとも不思議な光景でした。わたしの言葉では正しく説明できないのが残念です。

ただただ、『気』のパワーを感じただけです。

今年も、もっともっと『気功』を学んで行きたいと思います。

また、母にも早くよくなって欲しいと思います。

(だから、『家族みんなが健康で過ごすこと』が今年の目標なんです。)

最近お気に入りの料理

昨年12月から料理をする機会が増えました。

今結構お気に入りなのが、「高野豆腐の含め煮」です。

簡単でおいしくて栄養価も高くて言うことなし！

高野豆腐って含め煮ぐらいしか作ったことがないのですが、いろいろな調理方法があるんですね。

「高野豆腐のから揚げ」なんてものがありました。

鶏の胸肉のような食感だそうです。作り方も鶏のから揚げと同じ要領です。

もどした高野豆腐をよく絞り一口大に切り、醤油、酒、みりん、生姜の絞り汁で味付けし、片栗粉をまぶして油で揚げるだけです。

まだ作ったことがないので、お味のほどはわかりません m(_ _)m

いつになるかわかりませんが、「高野豆腐のから揚げ」を作ったらこの「しおん通信」上で本当に「鶏のから揚げ」に似ているのか、味や食感などを報告しますね♪



占い

みなさんは占いて信じますか？



教室に来られたある営業の方が、いろいろな話の中で「占い」の話をされ、ご自身の体験をお話してくださいました。その方がよく行かれる占い師の方は、本当にびっくりするぐらいよく過去も未来も言い当てるとのことです。

わたしは「悪いこと」を言われたら気にするほうなのです。だから今迄占い師の方に占ってもらったことがありません。でも、今回聞いた占い師の方は、悪い事については、その対処方法も教えていただけるらしいので、一度占ってもらってもいいかな～なんてちょっと興味をもっています。