

ぶかぶか しんぶん

2023年

12 月号

No.160

二〇二三年もお世話になりました。
お変わりありませんか？
今年最後のぶかぶかしんぶんを
お届けします。

演劇ワークショップ その4



1. ウォーミングアップ 新聞紙に何人乗れるだろう？

広げた新聞紙の上に5~6人の人が乗ります。新聞紙をたたんで足場をせまくしていき、全員で乗りつづけられるかを競います。片足で立ったり、お互いにしがみついたりして奮闘しました！



3. うた 「ばらを植えよう」 という歌を新しく歌いました。 全6曲をかんばって練習中です！

2. 工作 クルミと麦を作る

小道具のクルミと麦を作りました。物語の中で、ねずみたちが冬の蓄えを集めるシーンに登場します。



4. クルミと麦のおひろめ

工作の時間に作ったクルミと麦を見せ、お気に入りのポイントなどを発表しました。その後、ねずみにふりかけて重たいクルミと麦を運ぶシーンをやってみました。



5. フレデリックの絵本を読む

絵本の朗読を聞いて、お話を振り返りました。ところどころにピアニストさんが音を入れてくださり、場面に浸ることができました。

6. フレデリックのお話の その先をやってみる

原作では、フレデリックのおかげで冬を乗り越えたとねずみたちですが、その先にさらなる困難がやってきたらどうするか？ 今、世界で起こる様々な困難とリンクさせてシーン創作してみました。

お米を食べているが、今年は量が少ない。冬に備えて別のところに探しに行く。

△お米を見つけたが、雀がやって来て食べられてしまう！

ねずみたちはカラスの尻を作り、雀を追いかう。



食糧不足におちいる
東の国のねずみたち

△大雨が降り、巣に水が入ってきた！

↓
バケツリレーで水を外に出すが追いつかない。

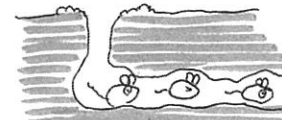
↓
泳いで外に出る。流れてきた木に付き、高いところへ避難する。



大雨に降られる
西の国のねずみたち

△ごはんを食べていると、見張り役のねずみが山火事に気づき知らせに来る！

↓
地面を掘って地下トンネルを作って逃げる。



お家が燃えてしまい、絶望。

山火事にある
南の国のねずみたち

△氷河が溶け、住んでいる島が沈み出した。寝ていると、住み処に水が入ってくる！

↓
引越し屋さんに頼み、車で海に出る。流れに身を任せよう。

↓
車の中にも水が。車から脱出するがサメが現れた！

↓
運び出した家財でサーフィンをして切り抜けた！

島が沈んだ
北の国のねずみたち



7. 2年目の冬をどうやって乗り越える？

様々な困難を乗り越え、命からがら逃げた各国のねずみたち。全員が集まり、次の冬がやって来ました。食べ物や雀に取られて尽きている中、「もしもフレデリックがいたらどうするか？」色や光、ことばを集める以外の方法を考えました。

フレデリックが
言っていたことを
思い出す

やさしい
気持ちを
大事にする

希望を
持つ

食べ物や
降ってくるものに
祈る

木や火を
起こす

音を
集める

みんなの
歌を
歌う

宝石を
集めて太陽の
光をもらう

食べる
フリをする

たくさんのアイデアが
出ました。第2、第3の
フレデリックの姿が
あちこちに見えた
気がします。
次のレポートも
お楽しみに！！



ベーカーリー
ぶかぶかの
シユートー
ン

天草の川野さんの甘夏で作ったピール
2種類のレーズン、白いちじく、くるみ、
アーモンドをラム酒でじっくり
漬け込み 自家製マジロンを
混ぜ込んだ、ぷかぷかの
シユートー。 ¥1,200



予約
受け付け中!

ご予約は

12/8(金)

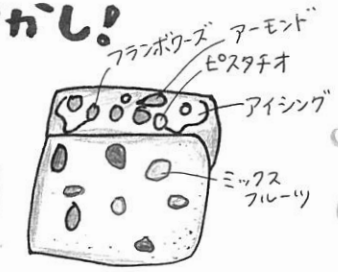
まで。

Tel. 045-921-0506

おかし工房にじいろ

クリスマスのおかし!

シユートー風
パウンド



全粒粉クッキー



チョコがけ
ボールケーキ



中身は
抹茶ケーキ
ココアケーキの2種

12月の
おすすめ

12/23は
営業日

土曜
です。

※11月号の
ぷかぷかしんぶんに記載
土曜営業日に誤りがあり
お詫びいたします。

アート屋わんど
ココロはざわアート展
Part13がやります!!

12/6(水)~22(金)
アート屋わんどにて

休み: 12/9(土)・10(日)・16(土)・17(日)
緑区・青葉区・都筑区の
福祉事業所の作家たちの
アート展です。
今年はわんど以外の店舗にも
作品を展示しています。
ぜひご覧ください!!

ぷかぷか
農園

たまねぎの苗の植え込みが
終わりました。
すくすくと育っていくのが
楽しみです!



おひさまの台所の
クリスマス
ローストチキン

ご注文 受け付け中!

注文期間 11/13(月)~12/15(金)

受け取り日 12/23(土) 13:00~15:00



Tel. 045-923-0277

大切に健康的に
育てられた、安心
安全な「丹精國鶏」
を丁寧に焼き上げました。
ジューシーな肉汁をお楽しみください。



1本 1,500円

ガーリックソルト・照り焼きの
2種類の味から選べます!

12月 ぷかぷかさんのおひるごはんメニュー 2023

日	月	火	水	木	金	土
					1 豚肉とほうろくの甘辛炒め	2 お楽しみメニュー
3 休	4 小松菜と豚肉の塩炒め	5 ハンバーグ	6 とんかつ	7 お魚	8 鶏肉の香味みそ焼き	9 休
10 休	11 お魚	12 ホロホロ	13 三色丼	14 鶏肉のトマト煮	15 豚肉と大根の炒め煮	16 休
17 休	18 れんこんと豚肉の炒め	19 マーボーナス	20 お魚	21 豆カレー	22 厚揚げグラタン	23 お楽しみメニュー
24 休	25 お魚	26 お好み焼き	27 ガパオライス	28 休	29 休	30 休
31 休						

ランチ ☪ ¥770 ・ おいしいお茶 ☪ ¥250
ランチのご予約は 045-922-6775
15時以降は 045-923-0282 まで。

休

5.

12月17日15時からみどりアートパークホールでオペラシアターこんにゃく座のオペラ『あん』が上演されます。

季節は春。どら焼き屋「どら春」の店主・千太郎は鬱屈した日々を過ごしています。そこへ老婦人徳江が働きたいと訪ねてきます。いったんは申し出を断る千太郎でしたが、徳江の作った〈あん〉の美味しさに心を動かされ雇うことに。〈あん〉の評判で店は繁盛します。

ところが、徳江が療養所で暮らすハンセン病患者だという噂が流れ、客足がとまります。

ハンセン病はかつては感染を恐れ、患者は家族、故郷から引き離され、施設に隔離されていました。徳江はその施設で暮らしていました。甘いお菓子を作り、施設で暮らす人達の楽しみを提供していました。その仕事のおかげで徳江はすばらしくおいしい〈あん〉を作ることができるようになっていました。「どら春」が評判の店になったのはその〈あん〉のおかげだったのです。おいしさのヒミツは〈あん〉の材料の小豆と話をすること。

でも、客足が遠のき、徳江は自分のかつての病気のせいだと直感し、「どら春」を辞めます。店主・千太郎とお客である中学生のワカナは施設の徳江を訪ね、彼女の生きてきた人生を聞きます。



ハンセン病に対する偏見、差別を告発するようなオペラではありません。でもそれを乗り越えるような物語を徳江の生き方を通して語るオペラです。徳江は大変な苦勞をしています、決して不幸な人生ではありませんでした。むしろ生き生きとした人生。それがオペラからはびりびりと伝わってきます。ぜひご覧下さい。徳江さんを演じる青木美佐子さんの歌がすばらしいです。

障害者差別も、それを告発するだけでは何も解決しません。もっと違う方法で差別を乗り越える方法を考えないと、思うのです。
★今年も色々お世話になり、ありがとうございました。来年もよろしくお願いします。

高崎 明

◆年末・年始は12/28(木)～2024年1/8(月)の間、お休みをいただきます。
1月の土曜営業はありません。
皆さま良いお年をお迎えください。



NPO法人ふかふか
045-453-8511 横浜市緑区霧が丘3-25-2-205

NPO法人ふかふか 検索