

## 【料理・実験】カラフルパステルアート

### 【材料】

- ・パステル
- ・白画用紙
- ・ねり消し
- ・茶こし

### 【作り方】

- ①. パステルを茶こしで削る
- ②. 削ったパステルを指につけて画用紙に描く  
※テンプレートを使ってもOK!
- ③. 消したいところや薄くしたいところはねり消しでこする



100均で購入



茶こしで削る



指で色付け



テンプレートで色付け



ねり消しを使って型取り



完成!!

### 【感想】

パステルと画用紙は100円均一ショップで購入できました。ねり消しは文具店で購入。手軽に集められる材料でカラフルな絵を描くことができました。パステルの扱いに慣れていなかったため色が混ざったり、綺麗に色が乗らなかったりと試行錯誤しながら描いていました。最後にはカラフルな絵を完成させることができ、利用者それぞれの個性も出て楽しい時間を過ごすことができました。(訓練生 Y)

障がい者支援センター アップドゥぎのわん (就労移行/継続A型/B型/定着支援)

住所: 〒901-2224 沖縄県宜野湾市真志喜2丁目4番3M'sビル 3F

TEL/FAX: 098-943-5357/098-943-5358

就労移行: 098-988-8776 E-mail: info@appdu.jp

アップドゥぎのわんでは現在、訓練生募集中です!

見学・体験も出来ますので、ご希望の方はお気軽にご連絡ください。



障がい者支援センター アップドゥぎのわん月刊広報

# APPDU!DO!

広報誌「APPDU!DO!」は訓練生が制作する、アップドゥぎのわんの情報をまとめた広報誌です。

2021年3月号



【今月のDO】基礎から学び直す

【おすすめ書籍】漫画『BLACK JACK』 著者 手塚治虫

目次

【雑学】男女平等とは?

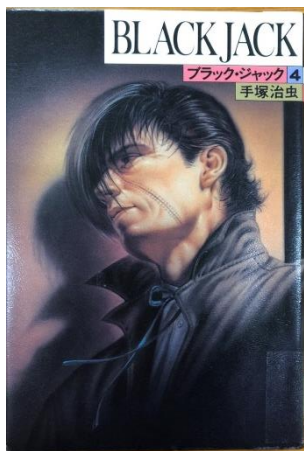
【畑でDO】新鮮なうちに!

【料理・実験】カラフルパステルアート

## 【今月のDO】基礎から学び直す

今月でアップドゥで訓練をスタートして4カ月が経ちました。日々就職するための資格取得を目指して訓練頑張っています。パソコンを基礎から学び直すというテーマのもと訓練をスタートしてこの4カ月で色々学びました。勉強中は集中していることもあり不安はなかったですが無事 Word3級の試験も終わることができました。これから Word2 級の勉強に入っていきます。わからないことは多いのですが、わからないことは親切に職員の方が教えてくれるので充実した時間を過ごしています。就職までまだまだやることがあり毎日勉強ではありますが、資格取得、そして就職に向けて前向きに頑張っていきたいと思います。そして、今のクリアすべき状況として新型コロナ感染症もあります。沖縄は高齢の方が多いのでうつらないように、うつさないようにと自粛しながら日々気をつけて生活も送っています。少しでも今の状況がよくなるように、また元の平穏無事な生活に戻れるようにコロナに負けず乗り切っていきたいと思います。(訓練生 T)

## 【おすすめ書籍】漫画『BLACK JACK』 著者 手塚治虫



私は最近、漫画を読むようになりました。その中で面白いと思ったのが手塚治虫さんの描いた【BLACK JACK】という漫画です。一話完結になっていて非常に読みやすく、面白いです。

ジャンルは医療漫画で「医療と生命」をテーマにしていて、物語性もあり、医療用語も出てきます。でも初めて読む方でもキャラクターや物語を楽しむことができますし、とにかくブラック・ジャックがかっこいいです！

私が印象に残ったのが、BLACKJACK 4の「悲鳴」という話の最後の部分です。声帯ポリープの病気になっ

た少女にその病気と向き合ってきちんと治療をするように必死にさせたブラック・ジャックが素晴らしいと思いました。物語はハッピーエンドで終わりますし、スッキリします。漫画だと絵があって理解しやすいし、その絵を見るのも楽しいので是非皆さんも読んでみてください。【BLACK JACK】は全 242 話あるそうなのでゆっくり読んでいきたいです。(訓練生 S)

## 【雑学】男女平等とは？

3月8日、世界的に女性への差別撤廃と女性の地位を訴える国際女性デーとなっております。この記念日の始まりは、1904年3月8日にアメリカのニューヨークで、女性労働者が婦人参政権を求めデモを起こしました。これを受けドイツの社会主義者クララ・ツェトキンが1910年にデンマークで行なわれた国際社会主義者会議で「女性の政治的自由と平等の為に戦う」記念の日とするよう提唱した事から始まりました。私はこれを見て世界で古くから女性は優位な立場が確立されていなかった事がわかりました。日本でも女性は家庭に入り男を立てるのが当たり前のような文化があって女性の社会的活躍を軽蔑する人も少なくありません。そんな文化や圧力に負けず平等の為に奮闘する女性たちがとても誇らしいと思います。調べたところ世界における日本の男女平等のランキングはかなり低いみたいです。どのようなことが男女平等なのか、私はまだ分からないところが多いです。平等不平等があいまいではありますが、社会的に男女平等が世界の隅々まで行き渡るようになってほしいです。(訓練生 K)

## 【畑でDO】新鮮なうちに！



暖かい日が続くようになってきた2月下旬、畑では収穫を楽しみました。島ラッキョウ、人参、ニラ等の野菜をたくさん収穫できました。アップドゥの野菜は完全無農薬！青々とした人参の葉がおいしそうでそのまま食べてしまいたいと思うほどでした。そう思ってしまったので「新鮮な野菜は新鮮なうちに！」ということで、生で食べてみました。苦手な味でした。。それでも美味しく調理して食べてみたいと思い、人参の葉のレシピを調べてみました。天ぷらや胡麻和えなどの

レシピが出てきたため今度試してみようと思います。完全無農薬だからこそ生で食べられる。幸せなことですね。暖かくなってきて虫も活発になってきます。葉野菜等は虫に食べられないように気を付けています。それでも少しは虫食いにあってしまいますが、常日頃から一つ一つの野菜を丁寧に観察し美味しい野菜が提供できるように心を込めて育てていきたいと思う収穫の日でした。(訓練生 T)

