

ゆくり通信

Vol. 6

発行日 2014年3月7日(金)

発行 NPO法人鳥取青少年ピアサポート
とっとりひきこもり生活支援センター

住所 鳥取県鳥取市西品治863-1

電話 0857-20-0222

M・pocket 情報

以前より紹介させてもらっているM・pocketさんの最新情報です。

新作『キノコ戦たーい』のストラップが対翠閣(しいたけ会館)の駐車場内にある、しいたけ本舗で販売されることになりました。すでに大人気で売り切れになるキャラも！それぞれに名前がついておりキャラクター設定もあります。1番人気は・・・
ももこちゃん♪気になる方はぜひ、しいたけ本舗まで行ってみてください。



もしかしたら鳥取を代表するゆるキャラになるかも！？人気に火がついて品薄になる前にぜひお買い求めください。1個200円です。

■しいたけ本舗■

鳥取県鳥取市富安1丁目84番地

ゆくりタイム

もうすぐ春ですね♪この時期、花粉に悩まされる方も多いのではないのでしょうか。さらに最近ではPM2.5の問題も心配ですよ。

そこで今回は、花粉対策やPM2.5対策でマスクを着けるときに、マスクにシュッとして気分もスッキリする**マスク用スプレー**の作り方を紹介します。

【材料】 無水エタノール 5ml 精製水 25ml
精油(ユーカリ 2滴 ペパーミント 2滴
レモン 2滴)

【作り方】 スプレー容器に無水エタノールを入れ、精油を加えてよく混ぜたあと、精製水を加えて出来上がり！

使い捨てマスクにシュッと使用すれば、スーッと爽やかな香りが喉や花の不快感をスッキリさせてくれます☆



今年度を振り返って・・・

今年度は、職場体験事業や女子サロなどで10代後半～20代という若い世代の方と一緒に楽しんだり悩んだりした機会が多い1年でした。変化のないように見えても、“前よりちょっと話してくれるようになった”とか“毎週必ず来てくれる”とか些細なことで喜びを感じられるようになりました。

また、ゆくりを通じて家族の方ともつながりを持つ機会が増えました。少しでも家族の方のお力になればとアロマやゆくり通信で癒しをお届けしてきたつもりです。どれくらいお役に立つことができたかわかりませんが、ゆくり通信を読んでいる一瞬でも、ホッと感じていただけていたら嬉しいです。下手な文章を毎回読んでくださっていた皆様、ありがとうございました♪

前田

