

笑恵館、コロナと戦う！6周年

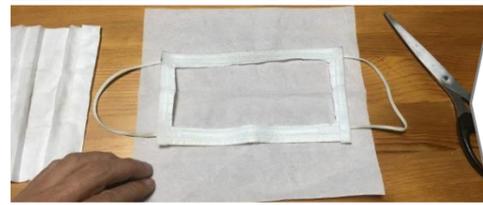
ティッシュマスクの作り方



材料：使い捨てマスク
ティッシュペーパー3枚
道具：はさみとホッチキス



① まず使い捨てマスクを横向きに2つにおり、ふちを残して紙の部分をハサミで四角く切り抜いて、周りだけ残した額縁のような形にして平らになるよう広げます。



② 切り抜いたマスクを、平らなところに広げておいたティッシュペーパーの中央に、横向きに寄せ、上下にはみ出た部分を、ふちに合せて手前に折ります。



③ 次に、2枚目のティッシュペーパーを焚いたところに広げ、先ほどくるんだマスクを裏返しながらかせて、上下にはみ出た部分を手前に折りたたみます。



④ これを3回繰り返したら、ひものついた左右のふちのたて部分に、折りたたんだティッシュを固定するように上下2か所ずつ、全部で4か所ホッチキスで止めます。



⑤ これで出来上がり、針金部分を鼻に合わせて曲げながらつけてみましょう。裏表はありません。外出用なら継ぎ目を内に、室内用なら外側にすると良いでしょう。



マスクで集う、運営会議

笑恵館は、閉めません！
笑恵館は、会員制のみんなの家。会員の皆さんにとって「実家のような存在になることを目指しています。実家とは、遊びに行くための家ではなく、帰るための家。休場所です。ですから、今回の新型コロナウイルスに備えて外出や集会が禁止されても、6周年を迎えた笑恵館は、閉めることはありません。

コロナとの戦いは、やめません！
ついに東京オリンピックの延期も決まり、いよいよ私たちは真剣に新型コロナウイルスと向き合うことにしました。この戦いはいつまで続くのか判らないことが、一番深刻な問題です。でも私たちは、終わるまで耐えるのでなく、たとえ終わらなくても生きていくように、困りごとを相談し助け合う力をいかに守っていきたく思います。まず今月は、使い捨てマスクを何度でも再利用できるアイディアをご紹介します。(松村)

笑恵館だより

第73号

2020年(令和2年)4月1日・水曜日発行
発行/田名夢子
製作/松村拓

えん千歳台
NPO法人ACTたすけあいワーカーズ
ご近所を助けて差し上げたたい
月々金 9,177円 ならいつでも
笑恵館でお待ちしています！

投稿コーナー

笑えば体も強くなる (中3)友とも



笑恵館クラブ 事務局のご案内

●笑恵館クラブ・運営会議のご案内

【4/9,23(第2,4木曜日) 参加無料】
第2木曜は、新・笑恵館を考える会
第4木曜は、従来通りみんなの近況発表会

●イベント中止のご案内

心とからだの相談室「えくぼ」と、子育てサロンニコニコは、5月までお休みします。

●4/16(木) 持ち寄り食事会

【18-20時 食事会・準備のため予約制です】
笑恵館名物・誰でも参加できる食事会です
参加費：会員400円、一般500円
おかずの持ち寄り大歓迎・手ぶらの人は500円

【19時頃～笑恵館川柳クラブ 発表会】
食事をしながら自己紹介を済ませたら、川柳の人気投票を行います。気軽に応募して下さい。

●笑恵館クラブ3月のレポート

【3/19(木) 川柳クラブ3月の入選作】
金 ひきこもり 医者が勤める 過ぎし方さんや
銀 コロナ菌 大統領を きめるかもさんや
銅 世界中 見えぬコロナを 見えています 明日葉あさん
次回は4/16の持ち寄り食事会で開催予定

【笑恵館アパート201・202募集開始！】
笑恵館アパートの入居者から5月の連休に引越したいと相談があり、201と202の入居募集を始めました。すでに申込みが始まっていますので、興味のある方はすぐにお問合せ願います。

笑恵館アパート
入居者募集中
201号室 7.4万円
202号室 6.8万円

●笑恵館のアクセス



〒157-0073 東京都世田谷区砧6-27-19 ☎03-3416-2308

●笑恵館クラブのご案内

<http://shokeikan.com>



笑恵館は会員制のみんなの家。
ここに集う全ての人に、自分の家と思って、自由にそして大切に使っていただきたい。
登録料500円でどなたでも入会できます。

代表者：田名夢子(笑恵館オーナー)
設立日：2013年7月16日

【今月のつぶやき】

春なのに、ゆううつなこの頃です。新型コロナウイルスと言う、目に見えない恐怖の受け取り方が、日に日に厳しくなっています。この事によって分かることもあるものだと気づかされます。辛い時こそ笑いを忘れず、笑顔で免疫力を高めましょう。(ゆ)

●日本土地資源協会

<http://land-resource.org/>



笑恵館を生み出したのは、土地建物の管理を他人任せにせず、自分の生き甲斐や仕事として役立てたいというオーナーの思いです。土地は、人が出会い集うための資源です。当協会は、そんなオーナー参加型の土地活用をサポートするために設立された団体です。住まいやビルなどの全体や一部分はもちろんのこと、ご近所と連携したまちづくりなど、あなたの夢をお聞かせください。

意見、ご相談は担当：松村まで

電話 090-9830-3669
メール post@land-resource.org
当協会が笑恵館クラブの運営を行っています。



笑恵館イベント 4-5月の予定

誰もが参加できるイベントのご紹介

凡例

IDカテゴリー【名称(助成分類)】開催日

●主催：/料金、内容：<持ち物>○講師：◎参加方法 ▶電話・メール

笑恵館のイベント

A交流【笑恵館持ち寄り食事会(19)】4/16、5/21

●主催：笑恵館クラブ/一般500円(会員400円)、内容：笑恵館に集う人たちの交流会<>○講師：◎予約制▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

B交流【笑恵館クラブ運営会議(19)】4/9、4/23、5/14、5/28

●主催：笑恵館クラブ/無料、内容：笑恵館の運営に関する打合せ<>○講師：◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

E交流【ミニデイ:碁ほほえみ(4)】4/14、4/28、5/12、5/26

●主催：碁ほほえみ会/500円、内容：おしゃべりと昼食を楽しむ会<>○講師：◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・

H交流【碁おもちゃ病院(19)】4/13、5/11

●主催：笑恵館クラブ/無料(部品代は実費)、内容：おもちゃの修理<>○講師：◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

I交流【終活を知ってみよう会(19)】4/23、5/27

●主催：笑恵館クラブ/無料、内容：<>○講師：◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

J教室【地主の学校(笑恵館を学ぶ) ()】4/4,11,18,25、5/2,9,16,23,30

●主催：日本土地資源協会/一般：3,000円、会員：2,000円、内容：土地を法人が所有することで、誰もが地主として取り組む土地活用やまちづくりを学びます。<筆記用具>○講師：松村拓也◎申込不要▶090-9830-3669(松村)・office@shokeikan.com

会員のイベント

0001体験【聖書を読んでもみよう会(2)】4/2、4/16、5/7、5/21

●主催：聖書を読んでもみよう会/無料、内容：世界のベストセラー【聖書】を読んでもみよう<>○講師：田名夢子◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

0008教室【バイオハッキングの会()】4/4

●主催：光野タクミ/無料、内容：遺伝子栄養学を元にした勉強会を行います<筆記用具>○講師：◎要予約▶090-5809-6699・utatomocihiro@gmail.com

0099教室【カウンセラー向け勉強会()】4/18、5/23

●主催：NPO法人CC協会/1000円、内容：傾聴を学ぶロールプレイ勉強会<筆記用具>○講師：協会ファシリテータ◎▶070-6638-0378・sakunoji@gmail.com

0237交流【ウクレレを練習する会(2)】4/24、5/22

●主催：NPO音楽療法研究会/1000円、内容：簡単な曲・ウクレレを練習する会です。<ウクレレ>○講師：チャーリー藤本◎申込不要▶03-6411-3474・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

0237交流【演劇の会(2)】4/2、5/7

●主催：NPO音楽療法研究会/1000円、内容：発声練習・音読・エチュード・替え歌など<>○講師：江口慎一◎申込不要▶03-6411-3474・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

0237交流【呼吸とダンス()】4/17、5/15

●主催：NPO法人碁音楽療法研究会/有料1000円、内容：軽いストレッチとリズムに合わせてステップ<>○講師：田内優子◎申込不要▶090-9822-5788・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

0237交流【笑恵館で歌う会(2)】4/4、5/2

●主催：NPO音楽療法研究会/1000円、内容：発声練習・音読・エチュード・替え歌など<>○講師：江口慎一◎申込不要▶03-6411-3474・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

0237交流【ハワイアンフラ・ミュージックセラピー(2)】4/22、5/20

●主催：NPO音楽療法研究会/1000円、内容：フラでリフレッシュ、赤ちゃんからお年寄りまで、ご一緒でもおひとりでもくなし<>○講師：日野しおん◎申込不要▶03-6411-3474・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

0382教室【タンスの肥やしなくし隊(2)】4/2

●主催：和田美子/有料1200円、内容：あなたのペースで始める着付け、その他リメイクなど(女性のみ)<>○講師：◎要予約▶090-6955-5156・hachikinn@gmail.com

0471教室【そろばん教室(1)】4/6、4/13、4/20、4/27

●主催：斉藤明子/、内容：<>○講師：◎▶03-3308-3062・090-8437-2020

0593体験【松果デトックスワークショップ(13)】4/16

●主催：宮澤佐江子/5000円、内容：蝶形骨をゆるめて松果体を活性化・シャーマニズムデトックスの体験会<筆記用具>○講師：◎要予約▶090-8807-1865・etereal.86@gmail.com

日	始	終	場	NO.	イベント名	分類	公益
4月1日	水						
4月2日	木						
		10	-	12	ニ 0382	ダンスの肥やしなくし隊	教室 2
		10	-	12	サ 0237	演劇の会	交流 2
		14	-	15	サ 0001	聖書を読んでもみよう会	体験 2
4月3日	金						
		16	-	18	サ 0039	タイ先生のアートレッスン	貸切 7
4月4日	土						
		10	-	12	各 J	地主の学校(笑恵館を学ぶ)	教室 0
		10	-	12	サ 0237	笑恵館で歌う会	交流 2
		13	-	16	食 0008	バイオハッキングの会	教室 0
4月5日	日						
4月6日	月						
4月7日	火						
4月8日	水						
		16	-	18	サ 0039	Annie's English Town	貸切 7
4月9日	木						
		17	-	19	力 B	笑恵館クラブ運営会議	交流 19
4月10日	金						
		15	-	18	サ 0039	アートラボ・リトピカ	貸切 7
4月11日	土						
		10	-	12	各 J	地主の学校(笑恵館を学ぶ)	教室 0
4月12日	日						
4月13日	月						
		9	-	16	サ H	碁おもちゃ病院	交流 19
4月14日	火						
		10	-	14	サ E	ミニデイ:碁ほほえみ	交流 4
		16	-	18	ニ 0039	STEMON	貸切 7
4月15日	水						
		16	-	18	サ 0039	Annie's English Town	貸切 7
4月16日	木						
		13	-	17	ニ 0593	松果デトックスワークショップ	体験 13
		14	-	15	力 0001	聖書を読んでもみよう会	体験 2
		18	-	20	サ A	笑恵館持ち寄り食事会	交流 19
4月17日	金						
		10	-	12	サ 0237	呼吸とダンス	交流 0
		16	-	18	サ 0039	タイ先生のアートレッスン	貸切 7
4月18日	土						
		10	-	12	各 J	地主の学校(笑恵館を学ぶ)	教室 0
		13	-	16	サ 0099	カウンセラー向け勉強会	教室 0
4月19日	日						
4月20日	月						
		15	-	18	サ 0471	そろばん教室	教室 1
4月21日	火						
		16	-	18	ニ 0039	STEMON	貸切 7
4月22日	水						
		10	-	12	サ 0237	ハワイアンフラ・ミュージックセラピー	交流 2
		16	-	18	サ 0039	Annie's English Town	貸切 7
4月23日	木						
		14	-	16	各 I	終活を知ってみよう会	交流 19
		17	-	19	力 B	笑恵館クラブ運営会議	交流 19
4月24日	金						
		15	-	18	サ 0039	アートラボ・リトピカ	貸切 7
		18	-	20	サ 0237	ウクレレを練習する会	交流 2
		18	-	20	食 0237	ウクレレを練習する会	交流 2
4月25日	土						
		10	-	12	各 J	地主の学校(笑恵館を学ぶ)	教室 0
4月26日	日						
4月27日	月						
		15	-	18	サ 0471	そろばん教室	教室 1
4月28日	火						
		10	-	14	サ E	ミニデイ:碁ほほえみ	交流 4
		16	-	18	ニ 0039	STEMON	貸切 7
4月29日	水						
4月30日	木						
5月1日	金						
5月2日	土						
		10	-	12	各 J	地主の学校(笑恵館を学ぶ)	教室 0
		10	-	12	サ 0237	笑恵館で歌う会	交流 2
5月3日	日						
5月4日	月						
5月5日	火						
5月6日	水						
5月7日	木						
		10	-	12	サ 0237	演劇の会	交流 2
		14	-	15	サ 0001	聖書を読んでもみよう会	体験 2
5月8日	金						
5月9日	土						
		10	-	12	各 J	地主の学校(笑恵館を学ぶ)	教室 0
5月10日	日						
5月11日	月						
		9	-	16	サ H	碁おもちゃ病院	交流 19
5月12日	火						
		10	-	14	サ E	ミニデイ:碁ほほえみ	交流 4
5月13日	水						
5月14日	木						
		17	-	19	力 B	笑恵館クラブ運営会議	交流 19
5月15日	金						
		10	-	12	サ 0237	呼吸とダンス	交流 0
5月16日	土						
		10	-	12	各 J	地主の学校(笑恵館を学ぶ)	教室 0
5月17日	日						
5月18日	月						
5月19日	火						
5月20日	水						
		10	-	12	サ 0237	ハワイアンフラ・ミュージックセラピー	交流 2
5月21日	木						
		14	-	15	力 0001	聖書を読んでもみよう会	体験 2
		18	-	20	サ A	笑恵館持ち寄り食事会	交流 19
5月22日	金						
		18	-	20	サ 0237	ウクレレを練習する会	交流 2
		18	-	20	食 0237	ウクレレを練習する会	交流 2
5月23日	土						
		10	-	12	各 J	地主の学校(笑恵館を学ぶ)	教室 0
		13	-	16	サ 0099	カウンセラー向け勉強会	教室 0
5月24日	日						
5月25日	月						
5月26日	火						
		10	-	14	サ E	ミニデイ:碁ほほえみ	交流 4
5月27日	水						
		14	-	16	各 I	終活を知ってみよう会	交流 19
5月28日	木						