

おしゃれは元気の素

新年は来訪者の多い時期、また新年のあいさつに出かけることもよくあります。普段より少し華やかな装いで、好感を持たれるおしゃれをしたいと思いませんか。それに、笑顔と心ふれあう優しい対応で周りの人が明るい気持ちになってもえたらうれしいかぎりです。

笑顔としぐさがおしゃれ上手のキーワード

おしゃれに装った時の全体のイメージが、その人の性格や個性を表現しますの

ひ、今年は努力を重ねてみましょう。おしゃれ上手になることは、日々のエネルギーの

源、「元気の素」になつてくれるのではないのでしょうか。

今回は吹田市在住の南部久子さんにお会いしました。93歳とは信じられないほどチャームな方で、「あ、おしゃれな方!」という



で、精一杯の努力をしてほしいのです。その分、「表現年齢」つまり見かけ年齢がぐっと、若々しくイキイキしてきます。

充実した生活を送るために、「いつも青春」の気持ちを持って、ぜひ

源、「元気の素」になつてくれるのではないのでしょうか。

ルに輝いた、故夫の南部忠平さんを誇りに思っており、「80歳で砲丸投げを始め、マスターズ(90)94歳で日本記録を持つておられること、女性はいくつになっても、おしゃれとは縁は切れ

おしゃれは自分の心・生き方の表現のひとつです。大いに誇りと自信を持って、パワーアップし、楽しんでください。きっと生き方が変わるでしょう。

今年こそ、イキイキ、元気に過ごしましょう。

シルバードファッション・プロジェクト
代表 畔辻 悦子

アイデア生かして楽しい小物づくり

縁起物だワン! 犬の置物

あけましておめでとございます。今回は今年の干支「犬」の置物を、柏原市老連女性部のみなさんに教えていただきました。



材料

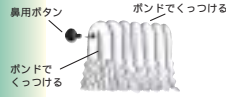
スピンドルひも...太さ9mm×約1.5m
目玉、鼻用ボタン...4mm×3mm
リボン、フェルト...適量

作り方

10mmに切ったひもを14本用意し、ブランなどで両端を2-3mmほどく



ひも7本を2つ折りにしてボンドで貼り合わせ、さらに横に並べてボンドでくっつける。その際、先端に鼻用のボタンを挟んでおく



ひも5本を で作った土台にまたがせてボンドでくっつける。その際、先端に目玉用のボタン2つを挟んでおく



残った2本のひもを1本ずつブランなどでほどこき、ほどいた糸2本を使って中央を縛る



を耳と尾っぽになるようにボンドでくっつけ、リボンもつける



鼻の下にフェルトの線ネクタイをつけ、はさみでひもを切りそろえればできあがり



ポイント

親犬は、13mmに切ったひもを21本用意し、下段8本、中段6本、上段5本の3段にして作る。目玉、鼻用のボタンは6mmの大きさを使用ひもの素材や種類によっては、ボンドでくっつきにくいものもあるので、店頭でお尋ねのうえ、お買い求めください