

Friendship International



MAY 16, 2025

夏のバケツリスト

夏がすぐそこまで来ていますね！日が長くなり気候が暖くなる夏は、新しい経験をしたり楽しい思い出を作ったりするのに最適な季節です。時間を有効に使うために、夏の「バケツリスト」を作ってみるのはいかがでしょうか。

この夏、家族全員で楽しめそうなことを、アイデアを出し合ってリストを作ることから始めましょう。ドライブに出かける、新しいレストランやレシピを試す、裏庭でキャンプをするなど、思いついたことは全部書き出しましょう。遠慮はダメですよ！リストアップするだけでも楽しい時間です。

次に、自分たちにとって最も重要なことは何かを基準にリストに優先順位をつけましょう。アウトドア活動を重視したいのか、それとも文化的な体験に重点を置きたいのか。時間的制約のある逃したくないイベントはないか。中には高価なアイデアもあるでしょうから、手軽なアイデアや無料のアイデア、安いアイデアもたくさんリストアップして、バランスを保つよう心掛けてください。最後に、カレンダーを見て、事前に予約が必要なものを予定に入れましょう。残りのリストは冷蔵庫などどこか目に付くところに貼っておけば、何ができるか常に考えることができますし、リストから消すこともできます。

計画を立てることは良いことですが、臨機応変であることも大切です。時には成り行きに任せてもいいですね。こちらにやる気を起こさせるアイデアのリストを書いておきます。

夜にホテルを捕まえる、キャンプファイヤーを焚く、新しい料理を習う、ガーデニングをする、州立公園や国立公園を訪れる、独立記念日に花火を見る、野外映画や野外公演を観に行く、アイスクャンディーを食べる、ビーチに行く、5km走る、自転車に乗る。

夏の間、皆さんに会えないと寂しいです！本帰国される方々は、今後も連絡を取りあって、秋にはZoomでの参加をご検討ください。



今後の予定

5月16日	フレンドシップ最終日 - イン ドア・ピクニック（託児はあ りませんが、お子さんも大歓 迎です）
5月28日	フェイエット郡公立校最終日
7月4日	独立記念日（4th of July と呼 ばれます）
2025年8月	フレンドシップの登録開始



Coffee, Tea and Chat でしゃべり続けよう

フレンドシップのズームクラスのひとつである Coffee, Tea and Chat は、夏の間も継続して毎週水曜の朝9時半に集まります。フレンドシップに登録済みの方は、ぜひご参加ください。参加ご希望の方は、グループリーダーのLisa Kepfにメールでお知らせください。
lisamk2018@gmail.com

皆様のご意見をお聞かせください！こちらのアンケートに記入して、フレンドシップの今後の計画を立てるのにご協力いただけますか？
[こちらをクリックしてアンケートにお答えください。](#)

この夏はトレイルに出掛けよう

レガシー・トレイルは一年中オープンしている無料の舗装された12マイルの道です。ケンタッキー・ホースパークのキャンプ場の向かい側、コールドストリーム・パークにあるトレイルの中間地点、そしてLoudon AvenueにあるNorth Lexington YMCA の3か所に無料で駐車して、トレイルにアクセスできます。これらの駐車場にはトイレと水飲み場があります。自転車やスクーターを持って来るか、ウォーキングやランニングをしに出掛けよう！

North Lexington YMCA には自転車のレンタルがあります！4月から10月までの間、こちらで自転車を借りて、レガシー・トレイルに早速行こう。



公園でジャズ

この夏、毎週火曜日は夜のスナックとピクニック・ブランケット（もしくはピクニックチェア）を用意して、無料のライブミュージックを聞きに公園に出掛けよう。このコンサートシリーズは毎週異なるジャズバンドが登場するので、観客は夏中ずっと様々なジャズ音楽を体験することができます。詳細情報と全スケジュールはこちらを参照

www.lexingtonky.gov/big-band-jazz



子どもと大人向けの楽しいペイント - 石のアイスクリーム



この夏の独立記念日には簡単な「赤と白と青」のデザートを作ろう