第1号

つつみこみ亭

平成23年6月23日発行

山ノ内町住民活動センター運営委員会



つつみ住民活動センター発元気！

運営委員長　高相美智子

ボランティアに携わる者の長年の夢でした活動拠点がそんオープンいたしました。誰もが住み慣れた地域で、のでんしく安心して暮らせ、多様性を認め合い、住良かったと思える地域づくりを目指して、ボラくにテ ィア、住民活動への理解と関心を深めていただとともに、それぞれの活動の推進を図るために大いに活用していただきたいと思います。

センターに来て、おしゃべりで賑わせていただいたり、併設の障がい者による喫茶店「ほっとたいむ」でコーヒーを飲んでいただくだけでもボランティア。ととにかくセンターに来ていただき、みんなで楽しいことをしていきたいと思います。自分自身が元気になることが町も元気になることだと思います。これからセンター発元気を企画してまいりますので一緒に楽しみましょう。役員一同、お待ちしております。

・ボランティア・住民活動を応援し、その活動の輪を広げるお手伝いをするための場所です。
・センターを利用する場合、登録が必要です。
・誰でも気軽に立ち寄っておしゃべりをしていって下さい。皆さんを心からお待ちしています。

利用時間・開館日

午前8時30分～午後5時迄

夜間利用時間　　夏期（4月～10月）…　午後5時～午後10時まで
　　冬期（11月～3月）…　午後5時～午後9時まで

※夜間、土・日曜日、祝日、祭日、利用希望の方は事前にお申し込みください。
ただし年末年始・お盆およびその他休館日があります。

☎：33-2810　有線：4280　FAX：0269-33-2830

つつみ住民活動センター情報誌によせて

つつみ住民活動センター«住民活動センター»オープンおめでとうございます。

半年ほど前から住活センター運営委員会の一員としてかかわりを持ってまいりまして、開設に伴い副委員長並びに公報部長という大役をいただきました知久正文でございます。どうぞよろしくお願いいたします。

山ノ内町社会福祉協議会発行の「ちからこぶ」の中に「ボランティア通信」というページがあり、そのボランティア通信に変わるものとしてこの「つつみこみ亭」が発行されることになりました。

新しい編集部員さんも参加していただき、第1号が発行される運びとなり喜んでおります。今後も編集部員を増員します。「面白そうだから」の軽い気持ちで参加していただきますようお願いいたします。

ご覧いただく皆さんの気持ちが「ホッと」癒やされて、そして熱く温かな「ホッと」な情報誌になればと思います。情報誌名の「つつみこみ亭」には、つつみ住民活動センターの「つつみ」町民の皆さんを包み込みたいの「つつみこみ」と情報伝達の「コミニュケーション」との語呂合わせと、皆でいいものを発信して行こうとの意気込みで命名させていただきました。

編集スタッフ一同より、ご愛読いただきますようお願い申し上げます。

～今後の予定～

今年度は住民活動センター周辺の整備を行うため、花いっぱいプロジェクトを行います。お花づくりの講習会・講演会・視察等を行いながら交流をしたいと考えています。

【主な年間予定】

月	内　容	場　所
7	花壇づくり	つつみ住民活動センター
7	買物支援事業「わくわくめぐり」協力（第1,3火曜日）	つつみ住民活動センター
9	町総合防災訓練に参加	
10	北信ﾌﾞﾛｯｸﾎﾞﾗﾝﾃｨｱ・地域活動交流研究集会	飯山市
12	年末大掃除	町地域福祉センター、つつみ住民活動センター、いで湯の里

信州発ﾎﾞﾗﾝﾃｨｱ地域活動ﾌｫｰﾗﾑ（一泊二日）

交流会、研修会、講演会、

黄色のﾊﾞﾝﾀﾞﾅ事業、ﾎﾞﾗﾝﾃｨｱ情報誌発行

その他必要な事業

ボランティア募集

花いっぱいプロジェクト協力者募集、お花作り・土いじりが大好きな方

買物支援事業「わくわくめぐり」協力者募集（第１・第３火曜日に活動出来る方）

つつみデイサービスより･･･ﾚｸﾚｰｼｮﾝや手作業が得意な方、園芸が大好きな方募集

～東日本大震災被災地へボランティア活動行く前に～

〇ボランティア活動保険（天災タイプ）に加入しましょう。

年間保険料　天災A490円　天災B720円　地元の社会福祉協議会で加入できます

〇情報収集しましょう。インターネット等で現地の活動状況等を事前に把握しましょう。日々変化しています。地理や気候など周辺の環境把握も大切です。

〇災害救援ボランティアセンターでは、食事や宿泊場所は準備されていません。自分自身で手配するようになります。

知恵の『わっ！』クッキング

簡単イチゴジャム

第12回「簡単イチゴジャム」今回は佐野の中沢さんより教えていただきました。

☆材料☆

・いちご

・砂糖・・・いちごの30％の砂糖の量

・レモン・・・

☆作り方☆

1、いちごは新鮮で熟したものを使い、へたをとり水洗いする。

2、鍋（ボール）にイチゴの水気を切っていれ、分量の砂糖をふりかけて全体にまぎるようにする。

3、1時間ぐらいそのままにしておき、（イチゴから汁がでてくる）レモン汁を絞りかけてかき混ぜる。

4、火にかけ沸騰してきたら少し火を弱め、アクを取りながら約20分煮る。

☆ジャムづくりのポイント☆

・鍋はホーロー製を使う。（耐熱ガラス製ステンレス製も大丈夫）

・煮るときは静かに、あまりかき混ぜないようにする。アクをとりながら粒をつぶさないように、時々木べらで静かに混ぜて。

・煮すぎるとあめ状になってしまったり、弱火で長時間煮るときれいな色に仕上がらないので、少しゆるめの状態で火を止めること。

☆手作りジャムの美味しい食べ方☆

〇ヨーグルト添え〇いちごのゼリー〇胡椒で味付けして揚げたミートボール〇プレーンヨーグルトにジャムをかけて〇プレーンヨーグルトにジャムをのせて、お好みで砂糖、蜂蜜をかけて〇牛乳かんを作る要領でイチゴジャムを入れて固めたり、ゼリーにのせてどうぞ

次回は志賀高原地区の山本さんより「韓国料理」とイタリアンを教えてもらいます。

つつみのつぶやき♪

つつみ保育園がどんな風に変わったんだろう？そんな軽い気持ちで初めてつつみ住民活動センターに足を踏み入れたのが5月中旬。びっくり！まるで別物！ものすごくきれいな建物になっていました。正直なところ、訪れるまでは、自分は若いし（30代ですが…）関係ない場所かなあなんて思っていました。でもそうやって壁を作って、視野を狭くしているのは自分自身なんだなと思いました。なぜなら、うちの娘（5歳）と（2歳）は初めて行った場所なのに、入って早々からくつろぎモード。そこに壁なんか何もない証拠。誰でも気軽に行けるんです。さて、また我が家のチビたちを連れて行きます！

A・Nさん