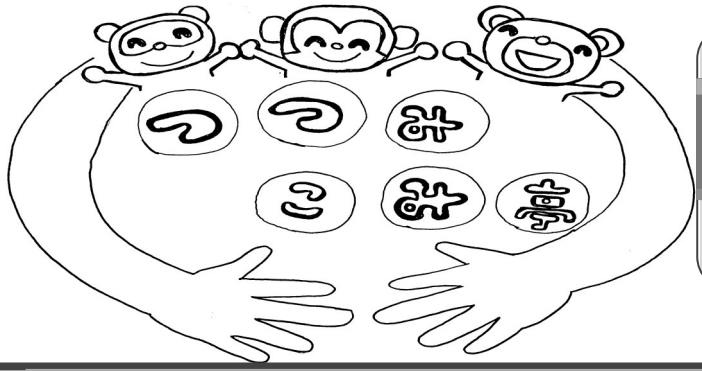


平成23年8月24日　発行

第2号

山ノ内町住民活動センター運営委員会

「わくわく商店街」のこれから



つつみ住民活動センター内に月２度の「わくわく商店街」がオープンしました。お買い物に不便を感じている皆様への支援事業で、商工会と社会福祉協議会が共同で始めました。商工会より商工会の会員へ募集したところ、7店の出店希望がありオープンいたしました。

出店の代表者に感想をお聞きすると、「販売スペースがこぢんまりしていますが、手応えは十分で予想以上の売上げがありました。町商工会の職員の献身的な支援をいただき大変感謝しています。出店者としてこれからどのように運営していけば良いか、利用者のご意見を聞きながら進めていきたいと思います。」とのことでした。

利用者の皆様に喜んで来ていただくには、まだまだ沢山の課題がありますが、住民活動センター運営委員会では、買い物時間の合間を楽しく過ごしていただけるようにお茶をお出ししながらお話しをしたり、製作活動をしたり、楽しいひとときを過ごしていただけるように協力をしています。また、住民の皆様にも気軽にわくわく商店街にお越しいただいてかかわりを持っていただき、単なる買い物だけでなく心の拠り所になるようなわくわく商店街になることを望んでいます。

夏休みボランティア体験教室

～イスとプランターを作ってまちの縁側づくりをしよう～





真夏の太陽がぎらぎらと照りつけていた８月１０日、つつみ住民活動センターで、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃんたちと一緒に夏休み中のこどもたちが、「町の縁側づくりをしよう」とイスとプランターづくりを行いました。兄弟で参加してくれた子もおり、指導をしていただいた町内の大工さんに教えていただきながら、重い金づちを持って、くぎ打ち。初めて金づちを持つ子もおり、曲がってしまう釘に親子で悪戦苦闘しながら一生懸命に作業をする微笑ましい光景が見られました。「難しいよ～」との声があちこちで聞こえましたが、出来上がったイスやプランターに、みな満足な様子でした。

花の種を募集中！

ご自宅でできたお花の種を分けてください。
どんな　種でも結構です。花の種類や色ごとに分けていただくとありがたいです。

1. 収集場所　つつみ住民活動センター
2. 収集日　　平日の8時30分～17時(土日祝祭日除く)
3. 問合せ先　花いっぱいプロジェクト
   電話33-2810　有線4280（担当：布施谷）

知恵の『わっ！』クッキング

第 13 回　かんたん韓国料理「エリンギのジョン」

志賀高原地区の山本さんより夏バテで抵抗力が落ちた体に良い韓国料理を教えて戴きました。

材料

●エリンギ　３本　●玉ネギ　半個　●人参　１/３本　●小麦粉（薄力粉）
●油　適量　●にんにく　１片　●卵１個　●ごま　少々

作り方



1．エリンギを半分に裂きサットゆで、手で裂いておく。
　★ポイント　エリンギがしんなりして手で裂けやすいよ。
　　手で裂いたエリンギは歯ごたえがいいよ。
2．玉ネギを薄い半月切りにする。人参は皮をむき千切りにする。
3．ボールに１～２を入れニンニクのみじん切り（あるいはニンニクのしぼり汁）を入れゴマ、卵1個、小麦粉を入れてかき混ぜる。
　★ポイント　時間がたつと野菜から水分が出て小麦粉の量が多くなる。
　　小麦粉が多いと油も多くなるので直前に混ぜカラッと焼こう。
4．温めたフライパンに油をひきスプーンまたは手で長径10㎝位の円形数個のせる。フライパンの直径28センチで油中さじ２杯数個焼ける
5．フライ返しで押しつけるように中火で両面焼く。
　★ポイント　表面カラッとした香ばしい韓国風おせんべいになるように押しつける。
6．焼きあがったらキッチンタオルなどの上に置き、余計な油を吸収させ皿に盛りつける。　ニラダレをかけて食べよう。

ニラダレ（ニラジャン　韓国万能だれ）

材料
●ニラ　１把　●かつお節　2袋
●砂糖　大さじ２　●醤油　大さじ２
●ゴマ油　大さじ２　●七味唐辛子、コチジャン、ゴマ　好みの分量で

1. ニラを洗い細かく切る。
2. かつお節をフライパンでいる。（とろ火でからいり乾燥させる）
3. ボールにニラ、乾燥かつお節を入れ調味料で混ぜる。
　★ポイント　時間がたつと水っぽくなるので食べる直前に合える。

ニラダレは、冷ややっこ、野菜のソテーにピッタリだよ。

介助ボランティア募集中!

☆身体に障害をお持ちの方が日帰り旅行をします。一緒に付き添い、楽しんでくださる方を募集します。

1. と　き　平成23年9月8日（木）
2. 行き先　尖石考古縄文博物館・白樺湖方面
3. 費　用　3, 000円
4. 募集人数　6名程度
5. 申込先　町社会福祉協議会へ参加費を添えて８月３１日(水）までにお申し込み下さい
6. 問合先　山ノ内町身体障害者福祉協会事務局代理
　電話33-2810　有線4280　(担当:布施谷)

制作活動の協力者募集！

☆デイサービスご利用の皆様とお話や製作活動の手伝いをしてくれる方を募集します。

１．日時　月曜から金曜日までの10:30～11:30
２．場所　つつみデイサービス
３．募集人数　１～２名　男女問わず
４．問合せ先　つつみデイサービス
　電話33-2810　有線4280　（担当：渡辺）

ご芳志御礼

つつみ住民活動センター開所して3か月がたちました
皆様からご芳志をいただき、心より御礼申し上げます。

ワゴン(台車)･･･(有)文具のサトー様　壁掛け時計･･･ワークショップ楓様　靴べら･･･中島房江（星川）様
湯飲み、コーヒーカップ、お茶･･･佐藤国男（みろく)様　皿類、菓子皿、掛け時計等･･･春原寛（沓野)様
その他、加湿器、お盆、電気ポット、お茶、タオル、机、カラーBOX、花瓶等いただきました。お名前を略させていただきますが、お許し願います。

つぶやき♪

今年も志賀高原カレッジコンサートに行ってきました。私の中では、お祭り・プール・生ビールに匹敵する、夏の風物詩です。やっぱり若者のパワーってすごいなあ。純粋に「今」を楽しんでいる姿がとても眩しい。夢中になれることがあるって素晴らしいですね。さわやかな志賀高原で楽しい時間を過ごすことができました。来年の夏も楽しみにしています！　ペンネーム“ゆなゆな”

掲載記事を希望する方は原稿をお寄せください。
〒381-0401　長野県下高井郡山ノ内町大字平穏3252-5　つつみ住民活動センター
TEL：0269-33-2810　有線：4280　FAX：0269-33-2830