つつみこみ亭

住民活動センター情報誌

第16号　平成27年3月10日発行

山ノ内町住民活動センター運営委員会

山ノ内町住民活動センター運営委員会のホームページ　http://yamanouthi-zyukatu.org/

～たくさんの活動ありがとうございました～

皆さまのお陰で平成26年度もつつみ住民活動センターは地域活動の拠点として運営していくことができました。

年間を通してさまざまな活動を行う中で、新しい繋がりができたり、新しい発見がありました。本当にありがとうございました。

平成27年度も、交流会・研修会・意見交換会等を通して、地域活動を行う個人・団体をサポートしていきたいと思っていますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



花いっぱいプロジェクト



運営委員会　総会



ふれあい広場



ゆかた着付け教室



切手の整理活動



視覚障がい者との意見交換会



ボランティア交流会



個人ボランティアのサポート
(写真はお茶出しボランティア)

知恵の『わ！』クッキング

豆腐の二色団子　　やわらかくてなめらかなヘルシーな団子を食改の皆様に教えてもらいました。

★材料　(4人分)

●木綿豆腐　１/３丁(１６０g)　●白玉粉　１２０ｇ

A　すりごま(黒)　大さじ４　砂糖　大さじ３　しょうゆ　大さじ１/２

B　きなこ　大さじ４　砂糖　小さじ４　塩　小さじ１/５

★ 作り方

①　豆腐は絞らないで、そのまま白玉粉と混ぜ耳たぶくらいのやわらかさにする。

☆豆腐と白玉粉はよく練るとなめらかになるよ。

☆水けが足りない時は手に水をつけて補ってね。

②　①を食べやすい大きさに丸めて、沸騰したお湯でゆで 浮いてきたら水にサッと通す。

団子あんのバリエーション（２～３人分）

味噌あん

みそ	大さじ３
砂糖	大さじ３
水	少々

・材料を小鍋に入れ、
よく混ぜてから弱火にかけて煮詰める。

みたらしあん

砂糖	大さじ３
しょうゆ	大さじ２
片栗粉	小さじ２
水	大さじ４

・材料を小鍋に入れ、木べらなどで混ぜながら
とろりとするまで煮詰める。

～切手の整理活動を行います～

使用済みの切手をきれいに切り取り、施設に送る整理活動を行います。
誰でも簡単にできるボランティアですので、ぜひご参加下さい。

・日時：平成27年4月2日(木)
13時30分～15時00分
・場所：つつみ住民活動センター
ミーティング室
・持ち物：はさみ
※使用済み切手、書き損じハガキ、テレフォンカード等ある方はお持ち下さい。
使用済み切手の中に、稀に未使用の物が混じっていることがあります。社会福祉協議会にて郵送の際に使用させて頂きます。

～町住活センターの定期総会を開催します～

つつみ住民活動センター運営委員会の定期総会が開催されます。総会のあとには、交流を深めるための交流会を企画しています。ボランティアに関心のある人が集まる数少ない機会です、多くの方のご参加をお待ちしています。

・日時：平成27年5月8日(金)　13時30分より
・場所：つつみ住民活動センター　ミーティング室
・内容：平成27年度定期総会・役員改選及び交流会
参加申込み・お問合せは
つつみ住民活動センター　鈴木まで

つぶやき♪

『好きになりました！』
今まで苦手だったアイロン掛け。
上手にできないのと面倒くさいのがその理由でした。
ところが先日、Ｙシャツを間違えて洗濯乾燥機にかけてしまいシワクチャに☆
もちろんアイロンを掛けたわけですが、そこからシワなくピーンと綺麗な布の状態が大好きに！
そのことを機にアイロン掛け好きスイッチが入りました。
失敗は成功のもと　と言いますが、これもそういうことになりました！　ＰＮ、アラフォー主婦

ボランティア情報誌は、年４回発行しています。掲載を希望する方は気軽に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
電話：0269-33-2810　有線：4280　FAX：0269-33-2830　Email：tiiki@honobono-shakyo.or.jp

