

住民活動センター情報誌　平成29年12月11日 発行

つつみこみ亭 第27号

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

～ボランティア研修視察 ～

10月3日、御代田町に研修視察へ行きました。地域の縁側「あさひ」の見学と、NPO法人「はつらつサポーター」の皆さんと意見交換会を行いました。「あさひ」は、誰もが気軽に集まれる場所で、縁側の名の通り、気軽に近所の家を訪ね、ゆっくりと過ごしている感じでした。また「はつらつサポーター」は、高齢者の介護予防運動の開催や送迎サービスも行なっているパワフルな団体でした。













～ボランティア交流会～

10月31日、ボランティアをされている方が集まり、交流会を開催しました。今回は消防署の方を招き、AEDの使い方や応急処置を学びました。講習会のあと、ボランティアさんが作った豚汁とお弁当を美味しく食べました。また、よませ自然学校の畔上さんによるお話で、笑いのたえない時間となりました。







ボランティア紹介 ①

毎週木曜日に手づくりのお弁当を作っている「ほのぼのグループ」です。栄養満点でとてもおいしく、利用されている方はとても喜んでいます。

一緒にお弁当を作って下さる方を募集しています！お気軽にご相談下さい。





知恵の『わ!』クッキング

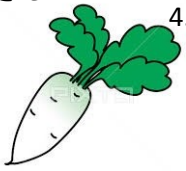
ピーラーを使った簡単 大根漬け



材料(2人分)

大根……250ｇ
ラディッシュ…5個(30ｇ)
大根葉…適宜
塩……小さじ2/1
胡麻油……小さじ1





作り方

1. 皮むき器(ピーラー)で大根をむきます。
2. ボールに薄くむいた大根と大根葉入れて、塩を振り全体にまぶしてもみます。
3. 水分を絞ってから、薄切りにしたラディッシュを混ぜ再度しんなりするまでもみます。(ラディッシュの代わりにキュウリでも美味しいよ)
4. 最後に胡麻油を全体に混ぜて出来上がりです。

※すぐ漬物がほしい時に役立つ一品です。はじめは少し塩を振って、水気を出してもんでから味加減を決めましょう。

～北信ブロックボランティアの集い～

11月19日、野沢温泉村にて、北信地域のボランティアに興味のある方が集まって交流をする「ボランティアの集い」が開催され、山ノ内町から20名が参加しました。

今回は「原点回帰」と題し、ボランティアの基本を学ぶ講演会を聞いて、参加者で意見交換をしました。自分自身の姿を振り返るきっかけになり、これからの活動が楽しみになりました。





～ボランティア体験週間を振り返って～

9月11日から22日にかけて、つつみ住活運営委員会の協力のもと、ボランティアの活動に気軽に触れてもらおうと体験週間を実施しました。

その結果、14名の方の申込みがあり、各団体で体験や活動者から丁寧な説明を受け、この度4名の方が新たにボランティア活動を始める事となりました。

申し込み頂いた方からは「ボランティアに興味があるけれど始めるきっかけがなかった。こうした機会が今後もあると嬉しい。」と意見を頂きました。

今後も皆さんにボランティアを始めるきっかけになるような事業を企画して参りますので、宜しくお願い致します。

ボランティア担当：鈴木

封筒作りボランティア・折り紙ボランティア

多くの方のご参加をお待ちしています。

・封筒作り活動：2月7日（水）　13時30分から15時00分まで　会場：つつみ住民活動センター
・折り紙活動：2月19日（月）　13時30分から15時00分まで　会場：つつみ住民活動センター



つぶやき♪



『自分と違う意見＝敵』ですか？！
この感覚、ありますか？　解りますか？　同じように思ったことは？
私はありました。が、“敵ではない”という言葉に出会って、なぜそう思ったのか？
という対話をし合うことで更に豊かなアイディアが浮かんだり（^ー^）

P.N.アラフォー主婦

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。

発行：〒381-0401 平穏3252-5 つつみ住民活動センター運営委員会(つつみ住民活動センター内)
電話：33-2810　有線：4280　FAX：33-2830　Email：tiiki@honobono-shakyo.or.jp

