

住民活動センター情報誌　平成30年9月10日 発行

つつみこみ亭 第30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

地域活動に関心のある方たちの交流を兼ねて研修視察を開催します。今年の研修視察は松本城ガイドボランティアの体験とホットライン信州との意見交換です。

多くの方のご参加をお待ちしています。



・日　時：平成30年10月4日(木)　午前8時30分～午後5時00分

8時30分　つつみ住民活動センター集合・出発

・行　先：松本城、ホットライン信州事務局

・内　容：松本城案内グループによる案内体験

NPOホットライン信州の活動報告

※昼食はヒカリヤヒガシにていただきます



・定　員：20名　人数に達し次第締め切りとさせて頂きます

・参加費：2,000円(昼食代ほか)

・締　切：9月26日(水)

ボランティア交流会

町内でボランティアをされている方たちの交流会を開催します。今年は飯山の暮富人舎(くらふとしゃ)にて、毎年恒例の畔上正雄さんのお話と交流会です。多くの方のご参加をお待ちしています。



・日　時：平成30年10月19日(金)　午前10時00分～午後2時00分

10時00分　つつみ住民活動センター集合・出発

・行　先：飯山市木島　暮富人舎

・内　容：暮富人舎の活動報告、畔上正雄さんのお話



・定　員：20名　人数に達し次第締め切りとさせて頂きます

・参加費：500円(昼食代ほか)

・締　切：10月12日(金)

知恵の『わ!』クッキング

もろこしとキャベツのかき揚げ





材 料

- トウモロコシ
- キャベツ
- 天ぷら粉
- 片栗粉（あれば少量）

作 り 方

1. もろこしを茹でて粒にする。
   ※電子レンジを利用するときは、皮をつけたまま500Wで3分位チンする。
   余熱を取り、芯を取り除いて粒にしておく。
2. キャベツは粗いザク切りにする。
3. もろこし・キャベツに打ち粉をしてサックリまぜ、油で揚げる

※ 片栗粉を少々入れると、サクサクかき揚げになる。

※ エビ・青じそを入れると、ワンランクアップになる。

北ボラ・全国ボラのご案内

〈北信ブロックボランティアの集い〉

・日　時：平成30年10月8日（祝）　午前9時30分～
・会　場：中野市北部公民館
・内　容：『フードドライブ(余剰な食品の寄付)と子どもカフェ』について
　※長期保存可能な食材があればご持参下さい
・参加費：100円
・締　切：9月7日（金）

〈ボランティア全国フォーラム軽井沢〉

・日　時：平成30年11月3日（土）4日（日）
・会　場：軽井沢大賀ホール
・内　容：全体会、交流会、分科会
・参加費：5,000円（学生500円）、交流会別途7,000円、宿泊別途10,000円～
　※時間、内容、参加費等に付きまして詳しくはお問い合わせ下さい。
・締　切：9月28日（金）

今後の予定

10月3日（水）：封筒作りボランティア（つつみ）
10月4日（木）：ボランティア研修視察（松本）
10月8日（祝）：北信ボランティアの集い（中野）
10月19日（金）：ボランティア交流会（飯山）
11月3日（土）4日（日）：ボランティア全国フォーラム（軽井沢）
12月4日（火）：ボランティアリース作り（つつみ）
12月5日（水）：封筒作りボランティア（つつみ）
12月10日（月）：ボランティア大掃除（つつみ他）



つぶやき♪



【楽しい は 楽じゃない？！】
感情に任せて人を悪く思い、嫌なことを言ったりやったりするのは案外楽（簡単）。
逆に、相手の喜ぶことを言ったりやったりするのには工夫もズクも時間も必要。
ひと手間かけることが相手を慈しむことになるのではないかと感じる日々。
楽しないで人生や人との関わりを楽しんでいきたい―。

PN.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