

住民活動センター情報誌　平成30年12月10日 発行

つつみこみ亭 第31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4日に松本方面に研修視察へ行きました。午前は松本城ガイドボランティアの体験と意見交換、午後は子ども支援に力を入れているホットライン信州の活動報告と意見交換という、内容の濃いものでした。松本城ガイドはシニアを中心としたメンバーで構成されていました。山ノ内町も観光地ですので、町内ガイド等に通ずるものがありました。午後のホットライン信州との意見交換会は、全国的に注目を集めている「子ども食堂」の話題が中心になりました。ホットライン信州が支援する県内の子ども食堂は60ヶ所に上り、幅広い地域、世代をサポートしているという事でした。山ノ内町でも気軽に集まれるみんなの食堂の話が出てきているので、とても参考になりました。











～ボランティア交流会～

10月19日にはボランティア交流会ということで、飯山の暮富人舎(くらふとしゃ)へ行って来ました。よませ自然学校のメンバーが中心となって運営している古民家です。館長の谷村さんと、畔上さんの話を聞き、箱膳の昼食をいただきました。暮富人舎は誰でもが集まり、日中を過ごしたり、庭の畑を楽しんだりできる地域の縁側です。山ノ内町にもこうした縁側が広がってくれると嬉しいです。









～知恵の『わ!』クッキング～

大根とサバ缶こんにゃくの味噌

材料

・大根　400ｇ
・サバ水煮缶　1缶（180ｇ）
・こんにゃく　1枚
・大根の葉（ゆでたもの）3本

☆調味料

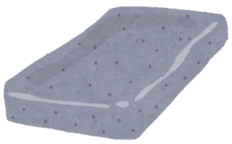
水　300ｇ
だしの素　小さじ1
味噌　大さじ3
酒・みりん　各大さじ2
砂糖・醤油　各小さじ2

作り方

1. 大根は1.5㎝厚さのいちょう切りにして竹串がすっと通るまで茹でる。
2. こんにゃくは厚みを半分に切り、一口大の三角形に切る。熱湯で1～2分茹であく抜きをする。
3. 鍋に大根、こんにゃく、調味料（☆）を入れサバ缶をのせる。サバ缶は汁ごと全部のせる。
4. 蓋をし、コトコト汁気が少なくなるまで煮る。火を止めたら少し置いておき、味がなじんだら皿に盛る。小口に切った大根の葉（茹でたもの）を散らして出来上がり







※　クッキング訂正

平成30年9月10日発行の住民活動センター情報誌「つつみこみ亭第30号」にて掲載に一部誤りがありましたのでお詫びして訂正致します。誠に申し訳ありませんでした。

2ページ目「知恵のわクッキング」　誤：500Wで3分位　→　正：500Wで5分位

～北ボラ・全国ボラ～

10月8日に北信ブロックボランティアの集いが中野市の北部公民館で開催されました。当日は北信地区から100名以上の参加があり、「フードドライブと子どもカフェ」をテーマにして実践者の話を聞き、子ども食堂をイメージしたカレーを参加者全員でいただきました。北信では特に中野市が子ども食堂に力を入れており、現在5ヶ所で開催されています。昼食を食べながらの意見交換会では、実践者と参加者との会話が弾んでいました。



また11月3日、4日と全国ボランティアフォーラムが軽井沢の大賀ホールにて開催され、住活役員ら6名で初日の講演会に参加してきました。県内をはじめ全国各地で地域活動を行っている実践者の報告を聞き、元気をもらって帰ってきました。

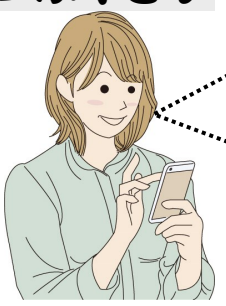


封筒作りボランティア

次回の封筒作りは年明け2月6日（水）の午後1時30分からの開催になります。多くの方のご参加をお待ちしています。また材料になるカレンダーも随時受け付けておりますので、併せてご協力をお願い致します。



つぶやき♪



反省を込めて
遠慮、思慮、配慮、考慮
『慮（おもんばか）る』という字には相手がある。
やさしさとは？と考えていたが、これなんだと思った。
相手を理解しようと努めてそして、、、。　自分を見つめ直す。

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

