

住民活動センター情報誌　令和7年3月7日 発行

つつみこみ亭 第55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/

住活この一年を振り返って

今年度は、コロナウイルス感染症などの影響もなく、コロナ禍以前同様にさまざまな活動を行うことが出来ました。つつみ住民活動センターの花壇の整備や浴衣の着付け教室、点字体験教室、ボランティア視察、社協ふれあい広場、北信ブロックボランティアの集い、わくわく商店街、しめ縄作りなど多くの方のご協力とご参加のおかげで事業を開催することが出来ました。本当にありがとうございました。

今年度のボランティア活動やつつみ住民活動センターの事業などでできた「つながり」を大切に、今後もさまざまな形で多くの方に関わっていただけたらと想っています。

つつみ住民活動センター運営委員会では、来年度も地域住民の生きがいや、やりがいに繋がるようなボランティア活動や事業などを企画していきたいと思っておりますので、皆様のご協力とご参加のほど宜しくお願い致します。

















知恵の『わ!』クッキング

長芋とえびのお焼き（きょうの料理より引用）



材料　（１人分）

- 長芋　200g
- むきえび　80g
- きのこ（エノキなど）　20g
- 塩・コショウ・片栗粉・ごま油

作り方

1. 長芋は皮をむいて２ｃｍ厚さの輪切りにし、ポリ袋に入れて麺棒で粒が残るぐらいにたたく。きのこ（エノキなど）を使う時はせん切りにする。えびはあれば背ワタをのぞき、洗って水気を抜く。１～２ｃｍ幅に切り、軽くたたく。
2. 長芋の入ったポリ袋に１を入れ、塩小さじ1/3、こしょう少々を加え混ぜる。片栗粉大さじ２を加え、混ぜ合わせる。
3. フライパン（直径２０ｃｍ）にごま油大さじ２を中火で熱し、２を入れて円形に平らに広げる。蓋をして３分ほど焼き、弱火にして２～３分間焼く。蓋滑らせて上下を返し、同様に中火で３分間、弱火で２～３分間焼く。

つつみ住民活動センター運営委員会及び総会が開催されます

来年度のボランティア総会の日程が決まりました。参加者同士で繋がりが生まれたり、情報交換もできる貴重な機会です。ボランティアを始めてみたい方も大歓迎です。多くの方のご参加をお待ちしています。

・日時：令和7年5月9日（金）　PM　13時30分～15時頃

・会場：つつみ住民活動センター　ミーティング室

・参加費：無料

・問合せ：つつみ住民活動センター運営委員会事務局　若林まで　電話：33-2810



ボランティア始めてみませんか

町内では、現在23のボランティア登録団体と、個人100名以上の登録ボランティアの方々が傾聴、朗読、録音、パソコン点訳、お茶出し、収集活動、封筒作り、新聞のごみ袋作りや趣味を活かした活動などをしています。活動を通して、新しい体験や趣味を見つけることができ、人との繋がりを作ることもできます。自分にあった活動を探してみませんか？ご自宅でもできるボランティアもあります。興味のある方は、お気軽につつみ住民活動センターまでご連絡下さい。

また、次回の6月号には、掲載可能なボランティア団体一覧を掲載する予定です。



つぶやき

【心の栄養♡】

身体の栄養は既知のことですが。

何かで耳にした「心の栄養とは？…そのひとつが文化である」という言葉にジーンとなりました。

音楽や絵って素晴らしいけど？読書に映画鑑賞…楽しいけれど？それもどうしてなんだろう？…と思うことがありました。

『文化は心の栄養のひとつである』と知り、それが元気のもとになったり癒しになったりすることに納得しました。

これからもさまざまな文化に触れ、楽しみたい気持ちが一層増しました。

PN、アラフォー主婦

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　　FAX：33-2830　Email：tiiki@honobono-shakyo.or.jp

