

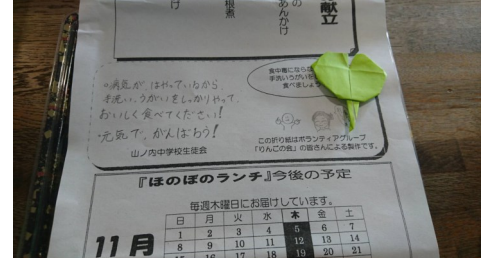
つつみこみ亭 第38号

【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/>

コロナ禍でも予防を行い活動しています

様々な事業が中止、縮小の中、「ほのぼのランチ」は休まずに活動しています。

「ほのぼのランチ」は、町内の高齢者で食事を作ることが出来ず、栄養を取ることが難しい方へ手作りお弁当をお届けする大切な事業です。木曜日にボランティアさん（ほのぼのグループ）の協力により調理と安否確認を含めた配達を行っています。今まで以上に、外出に気を配り、容器や調理器具、食材の消毒の徹底や検温、手洗い、マスクの着用を心がけています。利用者からは「毎回同じ人が配達してくれる」「しっかりと対策を行っているので安心して食べられる」。また、中学生のメッセージも添えてあり「励まされた」「読むのが楽しい」と感想を頂きました。寒くなって来て、様々な風邪が流行する時期となりましたが、これからもしっかりと対策を行っていきたいとおっしゃっていました。



フードドライブを開催します

開催日：12月18日（金）R3、2月19日（金）

場所：つつみ住民活動センター

時間：9時～11時



「フードドライブ」とは、いただき物や、つい買いすぎてしまった物など家庭に保管されている食品を住民の方々からいただき、北信地域の子ども食堂実施団体や生活困窮者の食料支援に活用させていただきます。コロナの影響により、食料支援を必要な方が増え、フードドライブの需要が高まっています。長期保存が可能な食品（未開封の物）を募集します。賞味期限は概ね7ヶ月以上ある物をご提供ください。

知恵の『わ!』クッキング

白菜と鶏団子のスープ

材料

鶏挽肉	200g				
A	片栗粉	大さじ2	B	水	600ml
	塩	小さじ1/4		鶏ガラスープの素(顆粒)	小さじ2
	酒	大さじ1		しょうゆ	大さじ1
	ゴマ油	大さじ1			
白菜	3枚位				
乾燥春雨	40g				



作り方

1. 鶏挽肉にAを加え混ぜ丸めて鶏団子を作る。
2. 白菜は食べやすい大きさ(3センチ程度幅)に切る。
3. Bを煮立たせ、乾燥春雨はハサミで半分に切り、鶏団子・白菜をいれて5～6分煮込む。

☆人参、ショウガなどを入れて美味しくアレンジして!

折り紙体験を行いました

11月5日に地域の方からのご希望で、ボランティアさんと一緒に折り紙でサンタさんを折りました。ボランティアさんは「楽しく作らなきゃ!」と優しく、わかりやすく教えて下さいました。地域の方からは「作品が出来上がる喜びを見いだせた」「色々な難しい作品に挑戦したい」などのご感想を頂きました。みなさんも色々な折り紙に挑戦してみませんか。お気軽にお問い合わせください。



お家で出来るボランティア活動

自宅で過ごす時間が増える中で家にいながらも出来るボランティア活動があります。

★ごみ袋作り…多くの方にごみ袋を作って頂き、いで湯の里にお届けしました。

みなさん大変喜んでいました。ありがとうございました。

お作り頂いた方は、住民活動センターまで

お持ちください。



作り方の動画 →



つぶやき♪

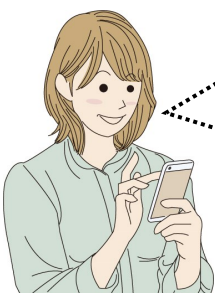
【立ち止まってみる】

横断歩道では身の安全のため左右確認。日々の生活の中では慣れや惰性や勢いで当たり前のようにやっていた事も「あれ?これでいいのかなあ?」と。

調味料をペットボトル容器商品からビンに変えてみた。今までタダだから喜んで貰っていたノベルティー(販促品)グッズを、自分には必要のない物は貰わないようにしたら家に不用品が少なくなった。結構いいかも♪ 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

