



つつみこみ亭 第45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/>

～ボランティア活動状況～

コロナ禍ですが、感染症対策を行い、様々な活動が動きはじめました。社協内のデイサービス等で、利用者様へのお茶出しやレクのお手伝い、傾聴などのボランティアが3年ぶりに、再開しました。

<傾聴ボランティア 鈴の会>

「通所型サービスA 和」にて、毎月15日に活動。久しぶりにお会いし、会話が弾んでいました。コロナにより、傾聴が出来なかったので、活動がメンバーの活力にも繋がっています。



<草とり（つつみ住民活動センター中庭）>

暑い中、ボランティアさんが草取りをして下さいました。お花の苗や種の配布もありました。また、星川三ツ星会の鈴木さんが日頃隅々まで整備して下さいています。沢山の方のお心遣いにより、綺麗な状態で皆様を迎えることができています。



<うぐいすの会 利用者との意見交換会>

目が不自由な方を対象に広報などを音声にしてカセットテープに吹き込む活動をしている「うぐいすの会」と、テープの利用者様との意見交換会がありました。利用者様より、「情報が早く入って来るのが嬉しい」など感謝のお言葉やご意見をいただきました。

<夏休み切手整理>

切手の周りを切り、折れ曲がりがないかなどを確認。参加者からは、「こんな切手もあるんだ」「珍しい!」と新しい発見も。最後に自分の好きな切手を選び、オリジナルしおりを作って楽しみました。



<おりがみ>

多くのお問合せありがとうございました。りんごの会の皆さんと月1回集まり、おりがみを折る計画をし、自宅で折っています。まだまだ、一緒に折ってくださる方を募集しています。

知恵の『わ!』クッキング

じゃがいも餅（バター醤油味）



材料 2人分(4個分)

じゃがいも	中2個
バター	10g
醤油	小さじ2/1
片栗粉	大さじ4
塩	少々
水	大さじ3

作り方

- ジャガイモは芽を取り除いて皮をむき、耐熱容器に入れラップをふわりとかけ、600Wのレンジで5分加熱しマッシャーやフォークでつぶす。
☆使用する電子レンジや食材により、加熱時間は多少前後します。様子を見ながら調節してください。
1. に(片栗粉・塩・水)を加えて混ぜ、4等分して平たい円形にする。フライパンでバターを絡めながら両面を焼く。焼き色がついたら醤油を垂らして絡める。

北信ブロックボランティアの集い

近隣市町村のボランティアに関わる方や団体が集まり、コロナ禍での活動の事例発表や情報交換会を開催します。

コロナ禍で活動のヒントが詰まった集いです。

日時：令和4年10月30日(日) 開始：10時 終了：12時

受付：9時30分～10時

会場：中野市北部公民館

参加費：無料 ・募集人数：15名(先着順)

申込み：9月22日(金)までに、つつみ住民活動センターへ



デイサービスにて発表して下さる団体さんを募集中

あなたのパワフルな力が利用者様の力となります！

演奏、朗読、演劇、ダンスなどジャンルは問いません。

時間：14時45分～15時30分

場所：つつみデイサービス

曜日：月～土

問合せ：つつみ住民活動センターまで

※コロナの状況によって変更になる場合がございます。



つぶやき♪

【おめった暇人？】

『誰かの役に立つと脳は快感を感じる性質がある』（脳科学者 中野信子談）

あら♥ボランティア活動がピッタリ！

ボランティアは時間や体力など、いろんな余裕がないと出来ないことかもしれないが、人の為のようにみえて活動の中から自分の心に得るものが一番大きい。

暇だからやるのではなく新しい世界が広がる。ぜひ一緒に(^o^) 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

