

つつみこみ亭 第49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/>

つつみ住民活動センター花壇の整備



ボランティアさんや更生保護女性会の方々など、12名のご協力を得て、花壇の整備をしました。今年もボランティアさんから花の苗をいただき花壇がより華やかになりました。



浴衣の着付け教室



浴衣の着付け教室を開催しました。日常では、着る機会が少ないので良いきっかけになりました。最後は浴衣姿で、気分も新たに皆で食事に出かけました。洋服の時とは違い、背筋が伸びた気がしました。

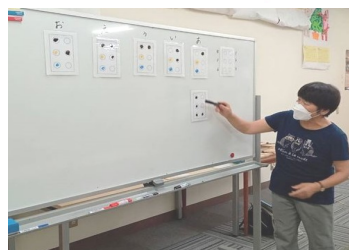


夏休み切手整理ボランティア

古切手の周りを1cm残して切り、NPO法人へ送るボランティアをしました。古切手は、障がい者が葉などとして販売し、売り上げが福祉の活動等に活用されます。11名の参加があり、自分の葉にするお気に入り切手を選びながら楽しく作業ができました。



点字体験(手打ち・パソコン)



町内の視覚障がい者へ地域の広報誌を手打ちで点訳しているボランティアの山本朝子さんと、パソコンを使用し点字に訳している団体「山ノ内町点字パソコングループ」の岩本隆行さんを講師に、7名が体験しました。

山本さんより点字の必要性や点字器を使用した手打ちの方法について教えていただき、自分の名前や例文を打ってみました。その後岩本さんより点字パソコンの使い方などを教えていただきました。

参加者から「生活の中で点字を見つけたら読んでみたい」「パソコンの点字は難しかったが効率的にできる点がとても良い」など感想がありました。グループでは仲間を募集しています。興味がある方は、つつみ住民活動センターへご連絡下さい。



知恵の『わ!』クッキング

レンチン蒸しなすとサバ缶のコチュジャンみそあえ



材料（4人分）

- なす 4こ（320g）
 - サバの水煮（缶詰） 1缶（190g）
 - 青じその葉 適宜
- A
- すりごま（白） 小さじ4
 - コチュジャン・みそ 各小さじ2
 - 砂糖 小さじ1

作り方

1. なすはヘタを除いてピーラーで皮をむき、長さを3等分に切る。耐熱皿に入れてふんわりとラップをし、電子レンジ（600W）に3分間かけ、軽く水気を切る。
2. ボウルにAを入れ、サバ缶を汁ごと混ぜ、器に盛って、青じその葉をのせる。

ボランティア研修視察を開催します

町内の地域活動が更に活発になるように、他地域の取り組みを視察します。今回は諏訪市社会福祉協議会を訪れ、地域の「まちの縁側」の事例をお聞きします。今回の視察で「まちの縁側」が増え、地域の人々の交流の場となり、活力に繋がればと思います。その後、SUWAガラスの里への見学も計画されています。

- ・日付：令和5年9月22日（金）
- ・出発：8時15分 解散：16時50分 予定
- ・視察場所：諏訪市社会福祉協議会
- ・参加費：2,000円（お昼代込み）
- ・募集人数：20名（先着順）

※ボランティア登録者優先とさせていただきます。

- ・申し込み：9月15日（金）までに、つつみ住民活動センターへ必ずお申込み下さい。

～「まちの縁側」とは～

昔ながらの「縁側」のように、人が集う日常的な居場所です。お茶飲みや趣味の活動を通して、人と人、さらには地域の人々が繋がることのできる場です。

北信ブロックボランティアの集い

毎年、近隣市町村のボランティアに関わる方や団体が集まり交流をしています。今回は、森の中でアウトドア用車いす「ピッポ」の体験や森林ヨガを行います。どなたでもご利用いただける地域資源を知る機会となっています。

- ・日付：令和5年11月6日（月）
 - ・開始：10時 集い終了：15時15分
 - ・会場：なべくら高原森の家
 - ・申し込み：10月10日（火）までに、つつみ住民活動センターへ
- ※詳しい内容につきましては、お申込みいただいた方に後日お知らせします。

その『人』の「安心・自信・自由」をお互いに大切にすること。

私もつい、自分のこれらを優先にしがちなんですが、そこで相手のこれらを大切にできたら…。その時その時、どうしたらお互いの「安心・自信・自由」を保てるのか。AIじゃなくて、人間だからこそ、それができたらどんな毎日になるのかしら(^ ^)

PN.アラフォー主婦

