

つつみこみ亭 第51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/>

住民活動センター(住活)この一年



総会



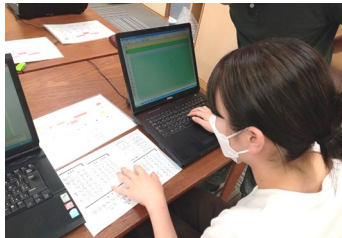
研修視察



デイサービスにて活動



ふれあい広場



点字体験 (パソコン)



草取り



年末掃除



クリスマスリース作り

今年度は、コロナで中止していた研修視察や浴衣の着付け教室、交流会を開催することができました。視察を通して、他の市や団体の活動を学ぶ機会となりました。他にも、デイサービスでの演奏や朗読などご利用者様との交流。わくわく商店街でのお手伝い。ふれあい広場での活動。封筒やゴミ袋作り、古切手整理、花壇整備、大掃除、クリスマスリース作りなどを行うことができました。

ご協力ありがとうございました。

来年度もよろしくお願い致します。

点字体験 (手打ち)



ボランティアはじめてみませんか?

町内では、現在25のボランティア団体と、個人100名近い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行っています。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。お気軽につつみ住民活動センターへお問い合わせ下さい。

知恵の『わ!』クッキング

志麻さんちの冬野菜のしゃぶしゃぶ（「NHK今日の料理」より引用）

材料（3～4人分）

豚ロース肉（しゃぶしゃぶ用）	400 g
好みの野菜	700 g
だし	適量

しゃぶしゃぶのタレ 3種

<ごまだれ>

ポン酢しょうゆ・マヨネーズ・すりごま（白）
各大さじ2 混ぜ合わせる。

<エスニックだれ>

スイートチリソース40g・ナンプラー大さじ1
ニンニク（みじん切り）1/2片分・レモン汁1/4個分を
混ぜ合わせる。

<梅だれ>

ポン酢しょうゆ大さじ3・梅干し（種を除いてたたく）
3個分を混ぜ合わせる。



作り方

1. 野菜は、根元やヘタ・種を除き、スライサーなどで細切りにする。サッと洗い、水気をきる。
 2. 鍋にだしをたっぷり注ぎ、中火にかける。沸騰したら野菜、豚肉を適量ずつ入れ。火が通ったら肉で野菜を包むようにして器にとる。好みのタレをかけながら食べる。
- ☆ 白菜・人参・ねぎ・ごぼう・水菜・レンコン
ピーマン・キノコなど、家にある野菜を
何でも入れ、スープの味を変えて、鍋でお腹
いっぱい！（肉は好みの物でど～ぞ）

山ノ内町住民活動センター運営委員会並びに総会開催について

来年度の日程が決まりました。ボランティア同士の
交流や活動について情報交換もできる貴重な機会です。
初めての方も大歓迎です。多くの方のご参加をお待ちして
おります。

- ・日 時：令和6年5月10日（金） 午後1時30分～
- ・会 場：つつみ住民活動センター ミーティング室
- ・問合せ：つつみ住民活動センターまで

フードドライブを開催しております

フードドライブにご協力いただきありがとうございます。

町内で活動が浸透してきたこともあり、生活にお困りの方からのSOSが増えています。
ご協力いただける方がおりましたら、つつみ住民活動センターへお持ち下さい。
よろしくお願いいたします。

※賞味期限 1か月以上あるもの ※お米、乾麺などが不足しております。



【時間泥棒】

「モモ」の小説にありましたね。

この頃、ふと「時間＝命」と思うようになりました。せっかくの時間を何に
使うか。誰とどこでどうやって過ごすのか。

相手の時間も大切に。できる限り丁寧に過ごしていきたいと思いました。

PN、アラフォー主婦



つぶやき

