

住民活動センター情報誌

第16号

平成27年3月10日発行

山ノ内町住民活動センター運営委員会

山ノ内町住民活動センター運営委員会のホームページ

http://yamanouthi-zyukatu.org/

~ たくさんの活動ありがとうございました~

皆さまのお陰で平成26年度もつつみ 住民活動センターは地域活動の拠点と して運営していくことができました。

年間を通してさまざまな活動を行う中で、新しい繋がりができたり、新しい発見がありました。本当にありがとうございました。

平成27年度も、交流会、研修会、意見交換会等を通して、地域活動を行う個人、団体をサポートしていきたいと思っていますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



花いっぱいプロジェクト



運営委員会 総会





視覚障がい者との意見交換会



ゆかた着付け教室



ボランティア交流会



切手の整理活動



個人ボランティアのサポート (写真はお茶出しボランティア)

知恵の『わ!』 クッキング

豆腐の二色団子やわらかくてなめらかなヘルシーな団子を食改の皆様に教えてもらいました。

★材料 (4人分)

●木綿豆腐 1/3丁(160g) ●白玉粉 120g

A すりごま(黒) 大さじ4 砂糖 大さじ3 しょうゆ 大さじ1/2

B きなこ 大さじ4 砂糖 小さじ4 塩 小さじ1/5

★ 作り方

① 豆腐は絞らないで、そのまま白玉粉と混ぜ耳たぶくらいのやわらかさにする。☆豆腐と白玉粉はよく練るとなめらかになるよ。☆水けが足りない時は手に水をつけて補ってね。

- ② ①を食べやすい大きさに丸めて、沸騰したお湯でゆで 浮いてきたら水にサッと通す。
- ③ 水けをきって団子の半量をA、残りをBに入れて混ぜる。

団子あんのバリエーション (2~3人分)

味噌あん

みそ大さじ3砂糖大さじ3水少々

材料を小鍋に入れ、よく混ぜてから弱火にかけて煮詰める。

みたらしあん

砂糖 大さじ3 しょうゆ 大さじ2 片栗粉 小さじ2 水 大さじ4

・材料を小鍋に入れ、木べらなどで混ぜながらとろりとするまで煮詰める。

~切手の整理活動を行います~

使用済みの切手をきれいに切り取り、施設に送る整理活動を行います。

誰でも簡単にできるボランティアですので、ぜ ひご参加下さい。

· 日時: 平成27年4月2日(木)

13時30分~15時00分

・場所:つつみ住民活動センター

ミーティング室

持ち物:はさみ

※使用済み切手、書き損じハガキ、テレフォンカード等ある方はお持ち下さい。

使用済み切手の中に、稀に未使用の物が混じっていることがあります。社会福祉協議会にて郵送の際に使用させて頂きます。

~町住活センターの定期総会を開催します~

つつみ住民活動センター運営委員会の定期総会が開催されます。総会のあとには、交流を深めるための 交流会を企画しています。ボランティアに関心のあ る人が集まる数少ない機会です、多くの方のご参加 をお待ちしています。

・日時:平成27年5月8日(金) 13時30分より

場所:つつみ住民活動センター ミーティング室

・内容:平成27年度定期総会・役員改選及び交流会

参加申込み・お問合せは

つつみ住民活動センター 鈴木まで

つぶやき♪

『好きになりました!』

今まで苦手だったアイロン掛け。

上手にできないのと面倒くさいのがその理由でした。

ところが先日、Yシャツを間違えて洗濯乾燥機にかけてしまいシワクチャに☆ もちろんアイロンを掛けたわけですが、そこからシワなくピーンと綺麗な布の状態が大好きに! そのことを機にアイロン掛け好きスイッチが入りました。

失敗は成功のもと と言いますが、これもそういうことになりました! PN、アラフォー主婦

ボランティア情報誌は、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。

〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町大字平穏3252-5 つつみ住民活動センター

電話: 0269-33-2810 有線: 4280 FAX: 0269-33-2830 Email: tiiki@honobono-shakyo.or.jp

