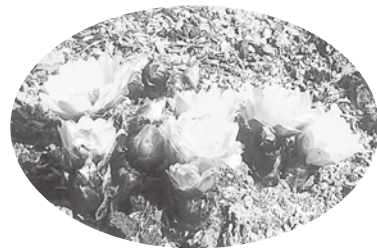




福寿草



発行：社会福祉法人辰野町社会福祉協議会・辰野町ボランティアセンター・情報紙編集委員会 TEL.41-5558

ふれあい型配食サービス「ほのぼのランチ」調理ボランティア 武田さん 元気で現役！祝 卒寿(90歳)

ほのぼのランチの調理ボランティアを 20 年以上続けて下さっている武田けささんが、3 月に卒寿を迎えられました。平成 6 年にほのぼのランチの活動が始まって間もない頃から調理ボランティアとして月に 1 回、活動に参加して下さいます。



武田さんにお聞きしました

元気の秘訣は？

外へ出ること。
外へ出れば大勢
友達もできるか
らね。

20年以上活動を続けて こられた原動力は？

やさしい皆さんのおかげです。
家にいてもぼうっとしているだ
け。ここに来ればいい話を聞い
たり、わからないことを教えて
もらったり、賑やかに笑ってお
しゃべりできるのが楽しいの。
一昨年バイクを手放してからは
仲間が送迎してくれています。



「ほのぼのランチ」は・・・

毎週木曜日（祝祭日以外）に
調理ボランティアによる
まごころこもった家庭的な
手作り弁当にメッセージ
を添え、配達ボランティ
アがふれあい訪問をし、
直接手渡しでお届けする
地域で支え合う配食サー
ビスです。

町内在住の 70 歳以上の独
り暮らし、高齢者世帯（昼間高
齢者だけになる世帯も可）、寝
たきりの方、認知症の方及びそ
の介護者、重度身体障害者世帯
が対象です。1 食 400 円です。
お申込みはボランティアセン
ターまで。

私たちも武田さん
から元気を貰っていま
す。武田さんががんば
っているうちは私たち
も頑張らないとね！



Happy Birthday

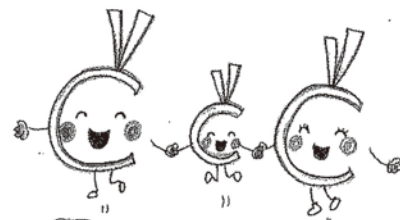
仲間から祝福を受けました！

ほのぼのランチ調理ボランティア・配達ボランティアを
募集中です！お問い合わせはボランティアセンターまで。

コロナウイルスに負けるな!!!

ボラセンで出来ることで応援

手作りマスクを販売しています!



**どこへ行ってもマスクが無い!!
趣味を活かしてマスクを作ろう!!**

ボランティアセンターの販売コーナーで手作り品を販売しているボラセンショップ夢の会の会員さんや、販売していることを聞いて協力して下さる方たちが布マスクを作ってくださっています。毎日約50枚が入荷。多い日には200枚入荷することもあります。趣味を活かして出来ることで助け合っ、笑顔と安心を広げる活動になっています。



マスクを買いに来た方が納品に来たボランティアさんに、「がんばってください!」と声をかけてくださる心あたたまる出来事もありました。



「マスクを作る方に差し上げて下さい。」と布やさらしやゴム、ゴムの代用品になるストッキングなどを寄付して下さる方もいらっしゃいます。ありがとうございます。



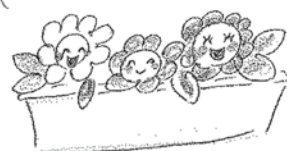
ボラセン玄関前をお花で明るく!

ボラセンのお花見縁側が中止になり、毎年一番賑やかになる桜の時期に淋しさを感じるボラセン…。花を見て少しでも明るく元気な気持ちになって欲しいと今年も、ボランティアの皆さんが、花苗植えをして下さいました。

お花があると元気になるね!



一日も早く、明るく活気のあるボランティアセンターに戻れますように…





茶の間

通信 69

TEL / 0266-41-2180

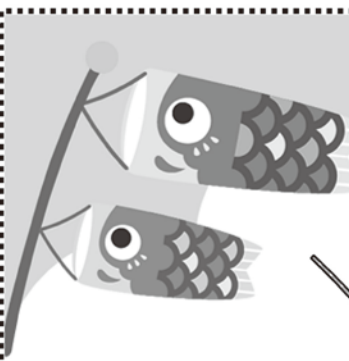
FAX / 0266-41-2187

月～土・9:00～20:00

【お知らせ】

5月2日(土)～6日(水)
はGWのため休館です。

※～5月10日(日)までは
新型コロナウイルス感染症
拡大防止対策のため入館
を制限しています。



5月の予定



●オレンジカフェ 5月13日(水) 10:00～12:00

●折り紙サロン 5月15日(金) 10:00～11:30

※上記の予定は新型コロナウイルス感染症拡大防止対策等により変更・中止になる
場合がありますので、ご了承ください。

♥毎週金曜日と土曜日の13:00～20:00は婚活サポート結婚相談日

♥婚活サポート結婚相談のご予約は月曜日から土曜日随時承ります！
お気軽にご連絡ください！

専用携帯番号 090-5431-7552

※～5月9日(土)までは電話相談のみの対応とさせていただきます。



ポカポカと日差しも暖くなり、摘み草
が楽しめる季節です！摘みたてのヨモ
ギで草もちを作ってみませんか♪

【材 料】 (※ゴルフボールサイズで20～25個分)

- 上新粉・・・200g ■熱湯・・・180cc
- ヨモギ・・・80g(※つぶしたもの)
- つぶあん・・・500g ■きな粉・・・適量

【レシピ】

- ① ボールに入れた上新粉に熱湯を入れ、こねる。
- ② ①でこねたものをたっぷりの湯(※分量外)で15分程ゆで、ボールに取る。
- ③ つぶしたヨモギを②のゆでた上新粉と混ぜ、よくこねる。これで餅生地地完成。
- ④ 餅生地をゴルフボールサイズに小さく丸めて並べておく。
- ⑤ つぶあんを20g程度ずつ丸めてあんこ玉を作り、並べておく。
- ⑥ ④の餅生地を手ひらで薄く丸くのばし、その上に⑤のつぶあんをのせ、包んでいく。底をしっかり閉じたら丸く形を整える。
- ⑦ きな粉をまぶしつけて完成！

はじめまして

「茶の間」で4月からお世話になっています！

4月から、はたるの里世代間交流センター「茶の間」でお世話になっております。赤羽勝幸と申します。夜間(17:45～20:00まで)を月曜日から木曜日に担当しています。昨今、高齢化と少子化が益々進み、単身世帯や高齢者世帯が増えています。一日一言も話をせずに過ごすことが珍しくない方もいると思います。孤独感や人間関係の健康にとって良くありません。新型コロナウイルス感染症が終息して、時間がある方は、たまには「茶の間」に顔を出してください。思わぬ出会いがあるかもしれません。いろんな機会を利用して人生を楽しみましょう！お待ちしています！ 赤羽 勝幸



このレシピは、昨年度ボランティアセンター20周年企画として茶の間と合同で開催した講座「季節の味を楽しもう！ヨモギ香る草もち作り」の時のものです。講師も務めていただいた岡田明子さんに提供していただきました。茶の間では地域のみなさんの「教わりたい」や「教えたい」をもとに講座を企画しています。「私もこんなこと出来るよ！」「みんなと楽しみたい！」そんなことがあれば、ぜひお聞かせください☆

お知らせ掲載板



お問い合わせ・お申し込みは

辰野町ボランティアセンター

〒399-0426 長野県上伊那郡辰野町宮木城前 2674-1

TEL (0266) 41-5558 FAX 41-3922

平日午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

e-メール volunteer@tatsunomachi.jp

ご意見・ご感想を
お寄せください

大型アルミ収集 延期のお知らせ

毎年 3 月行っている大型アルミ収集を、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため行いませんでした。次回の実施については、今の事態が終息してからにしたいと思います。

準備を下さっていた皆様には大変申し訳ありませんが、ご理解をお願いいたします。

アルミ収集ボランティアの会

新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う ボランティアセンター入館規制のお知らせ

- ・ボラセンショップの販売はマスクのみとなっています。
- ・マスクの着用をお願いします。マスクの無い方は、入館をお断りさせていただいています。また、熱のある方、体調のすぐれない方は入館をお断りしています。
- ・入口でも手指の消毒をお願いします。
- ・会議室の利用は、登録団体に限り 10 人以内の利用で 1 時間まで。また、コーラス・将棋等の利用はお断りしています。

みなさんのご理解と
ご協力をお願いします



ボランティア情報紙「福寿草」をご希望の方は辰野町ボランティアセンターにありますのでお気軽にお出かけください。

エコキャップ収集にご協力ありがとうございます

令和元年 4 月～令和 2 年 3 月末に町内の小中学校、企業、区、個人の方からボランティアセンターへ寄せられたエコキャップは、**1549.8 kg**でした。

これは、**ポリオワクチン**に換算すると**約 774 人分**となります。



エコキャップ収集で お願いしたいこと

材質が異なる為、清涼飲料水のボトルキャップのみ収集しています。

しょうゆ・みりん等の調味料や酒類、洗剤等のキャップは対象外です。カビが発生しますので洗ってからお持ちください。



今回のつばやきは
足助華さんです。

前田綾音



私もこんな頃があったなあ、と若かりし日の事をふと思い出しました。そして何度書いてもうまいかず書道が嫌いになった日も。

この子達にももしかしたらそんな時が訪れるかもしれない。来ない事を祈りたいけど、その時は私も一緒に向かい乗り越えよう。

私は町内で小さな書道教室をしています。子供達は教室に入った途端おけいこモードに切り替わり、言わなくてもピンつと背筋を伸ばして姿勢を正し、字と向き合います。朱墨ではなまるをつけると、ニコつと微笑む姿に、また私も嬉しくなり…全部〇をつけたくなるくらい(笑)

つばやき