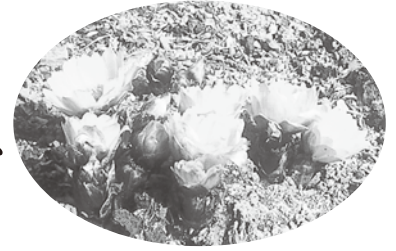




福寿草



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

手作りの温かさの伝わるお弁当をお届けします

ほのぼのランチ調理ボランティア 食品衛生講習会を行いました

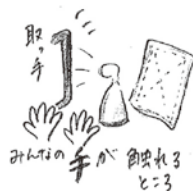
ほのぼのランチの調理ボランティアのみなさんを対象に、毎年、食中毒を防ぐための食品衛生講習会を開催しています。辰野町役場保健福祉課管理栄養士の綿貫さんに、食中毒の原因菌等の特徴や食中毒を防ぐ工夫を教えてくださいました。また、ネット帽の正しい被り方や、調理時の減塩の工夫についても教えてくださいました。

これからの季節は
特に食中毒に注意!!

◆冷蔵庫や食器棚の取っ手など、手で触れるところは拭取りをしましょう!

◆まな板やボールなどの器具はよく洗って乾燥させましょう! 水分は菌の温床!!

◆残ってしまったカレーは厚さの薄い容器で冷蔵庫で保存して菌を増やさない様にしましょう!



下処理に塩を使ったら減塩を!

下処理に塩分を使うことには意味があるので、使ったら調理時に減塩を!

- スパゲッティを茹でる時の塩は、麺の歯ごたえをよくして切れにくくする。
- じゃが芋を茹でる時に塩を入れるとホクホクする。入れないと水っぽくなる。
- ほうれん草を茹でる時に塩を入れるとあく抜き出来て甘みが増す。



下処理の塩分を食材が吸収しているので調理時に減塩しましょう!



帽子は正しく被りましょう!



髪の毛は1日平均55本抜けるそうです。調理前に髪の毛をとかすと良いです。

帽子から髪の毛が出ないようにしましょう。
お互いにチェックし合える人間関係を...

◆随時募集しています!

- ・調理ボランティア
- ・配達ボランティア
- ・お弁当利用者

詳しくはボランティアセンターまで

“ボランティアセンター” “辰野ボランティア・市民活動ネットワーク”

令和5年度事業計画

今年度のボランティアセンターと辰野ボランティア・市民活動ネットワーク運営委員会の事業計画です。新型コロナウイルスの感染対策が軽減され、様々な事業が再開できるようになりました。以前と形が変わる部分もあると思いますが、出来るだけ実施していきたいと思います。

太字部分の事業について、詳細が決まりましたら随時ホームページや新聞等で広報していきますので、ぜひご参加ください。



月	辰野ボランティア・市民活動ネットワーク	ボランティアセンター
4月	お花見縁側	ほのぼのランチ調理ボラ食品衛生講習会 ボランティア活動振興事業助成金募集
5月	ボランティアセンター備品チェック ボランティア・市民活動振興事業助成金審査会	
6月		
7月	運営委員会研修会：7/4(火) 13時30分 ボランティアセンター大掃除：7/1(土)9時 辰野ボランティア・市民活動ネットワーク交流会とボランティアセンター利用団体連絡会：7/1(土)10時	町内福祉施設 V 担当者連絡会議 福祉学習推進校連絡会議
8月	運営委員会視察研修	
9月		
10月	ボランティアセンター秋まつり週間 (被災地応援物産展)	
11月	ボランティアセンター大掃除	町内小学校福祉体験
12月	ボラセン掘出し物市(手芸材料バザー)	福祉ボランティア学習模造紙発表 上伊那ブロックボランティア交流研究集会
1月		
2月	協働のまちづくりをすすめるボランティア懇談会	
3月		ボランティア・市民活動振興事業助成金報告 福祉学習推進校助成金実績報告
年間を通して	定例会毎月第1火曜日 13時30分 ボランティア情報ボードの管理 ボラショップ精算(奇数月末に実施) 城前のサクラ見守り隊(運営委員 OB 他)との連携	情報紙福寿草の発行 各種体験講座

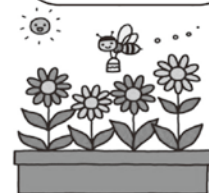
ボーイスカウトの子ども達がプランターの花を植えてくれました！

ボランティアセンターの入口に、きれいな花が置かれ、来館者のみなさんを明るく迎えています。

今年は、初めてボーイスカウトの子供たちが花を植えてくれました。秋まで長く楽しめる花をプランターに植えて並べてくれました。ぜひご覧ください。



きれいな花をみんなに見てもらえるといいな。



手作り講座を開催しました！

クラフトテープでこいのぼり飾りを作りました

毎月季節の行事に合った作品を作っている人気のクラフト講座。今回は、こいのぼりのリースを作りました。こいのぼりの模様は、マスキングテープを使い、かわいい飾りが出来ました。



簡単でかわいい飾りができたね。

光触媒加工の造花でフラワーアレンジメントを作りました

桜やネコヤナギ、ガーベラなど春の花を使ったアレンジメントを作りました。置くだけで殺菌効果や空気清浄効果があるそうです。



季節ごとにアレンジが欲しくなるね。

辰野町ほたるの里
世代間交流センター

茶の間

通信 101

TEL / 0266-41-2180
FAX / 0266-41-2187
月～土・9:00～20:00



【お知らせ】

ほたる祭り期間中の
「茶の間」利用について

6/10(土)～6/18(日)のほたる祭り開催期間中は、お祭り本部になるため、会場のご利用時間が変更になります。詳細につきましては「茶の間」までお問合せいただきますよう、お願いいたします。

●茶の間ギャラリー

5月24日(水)～6月2日(金) 赤羽 房子「遺作展」



手芸やクラフト作品が展示されますので、ぜひご覧ください！

●オレンジカフェ 6月14日(水) 10:00～12:00

●折り紙サロン 6月16日(金) 10:00～11:30



6月の
予定



／はじめまして／のごあいさつ／

はじめまして。この4月より「ほ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浅野 和彦と申します。年齢は来年還暦を迎えます。私は高校の頃から吹奏楽を始めて、社会人になってから後輩と市民吹奏楽団をつくって活動してきました。今は引退していますが若い人たちが引き継いでくれています。担当楽器は外見に似つかわしくないフルートなんていう繊細なものを選んではまったので大変苦労しました。長く音楽をやってきた経験から、人と人との繋がり、協調性、他の楽器と音を合わせること、他の楽器と息を合わせること、空気を読むこと…ん？なんだか話が変わるほうに。茶の間の運営も音楽も通じるものがあると思います。やはりどちらもひとりでは大変なことも、人と人が繋がることでより大きな実が生んと思っています。ぜひそんな出合いを求めて茶の間にいらしてください。よろしくお願い致します。

お知らせ掲示板



お問い合わせ・お申し込みは

ご意見・ご感想を
お寄せください

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



ボラセンの玄関に自宅のお庭の山野草や小花を飾ってくださっている方がいて、会話が弾んだり、癒しのコーナーになっています。

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。

ボランティアセンター大掃除・利用団体連絡会・ボランティア交流会を同日に行います！

ボランティアセンター利用団体の皆さんへ

ボランティアセンターの大掃除と利用団体連絡会（利用説明）を行いますのでご参加をお願いします。

開催日：7月1日(土)

時 間：9時～10時 大掃除

(担当団体には通知します)

10時～11時30分

ボランティア交流会の中で利用団体連絡会を行います。



ボランティア交流会開催のお知らせ

4年ぶりに開催することとなりました。

ボランティア・市民活動団体の他、どなたでもご参加いただけます。お楽しみ企画もあります。詳しくは辰野町社協ホームページ・新聞等でお知らせします。ぜひご参加ください。

開催日：7月1日(土)

時 間：10時～11時30分

会 場：ボランティアセンター



「音手紙ほのぼの」夏号 CD をお届けします

今回は、暮らしのエッセイ「私の浅草」です。

芸能人一家に生まれ、名わき役として映画にテレビに活躍された沢村貞子さんは、有名なエッセイストでもあります。音手紙ほのぼのの夏号では、NHK 連続テレビ小説「おていちゃん」の原作となった「私の浅草」からのお話しを朗読します。

音手紙ほのぼのは、70歳以上でご希望の方には無料でCDをお渡しします。CDは返却不要です。

申し込み・問い合わせは

辰野町ボランティアセンターまで



次回のつづきは濱玲音さんです。

久保田麻友

数年前、本屋さんで衝動的に買ってしまった本があります。寺地はるなさんの「ガラスの海を渡る舟」です。綺麗な表紙と帯に書かれた「脆くて、同じものは一つもない。人生はまるで、ガラスみたいだ。」という言葉に惹かれ購入したのですが、物語もとても素敵でした。相容れない兄妹が亡き祖父のガラス工房を継ぐ話で、人と向き合うこと、自分と向き合うことについて考えさせられます。さらにガラスのように綺麗で繊細な言葉で書かれた文章が胸に沁みて優しい気持ちでいっぱいになります。今でも何度も読み返す大好きな本になりました。



つづきは