

ボランティアだより

# ほのボラ

2016年12月発行 No.39

発行 京丹波町社会福祉協議会

〒622-0311

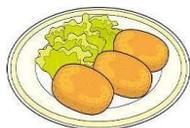
京丹波町和田田中6番地1

TEL: 0771-86-1444

FAX: 0771-88-0037

URL: <http://www.kyoshakyo.or.jp/kyotanba/>

社協キャラクター



## ふれあい調理実習会



食生活改善推進員協議会『くるみの会』の皆さんと一緒に、今年度二回目の「ふれあい調理実習会」を町内各地区で開催しました。

今回はじゃがいもの代わりに里いもを使ったコロッケを作りました。参加者からは「初めて里芋コロッケを食べた。食感も柔らかく食べやすい。生姜も効いているのでソースもいらず美味しい。」といった声や「かきたま汁は卵を入れる前に水溶き片栗粉を入れると綺麗になるのを初めて知った。」等の嬉しい声が聞かれました。一緒に作り、一緒に食べることで、普段は電話等だけで話す友達やご近所さんの近況を確認出来る良い機会となっています。

### ～ 献立 ～



里芋コロッケ



小松菜のからしマヨネーズ和え



かきたま汁



コーヒーかんてん



# 鎌谷奥サロン（瑞穂）

鎌谷奥のサロンでは、食事会を中心に集まり、おしゃべりや歌などを楽しまれています。季節に合わせて考えられた食事は、皆さんの大きな楽しみです。今回は12月という事もあり、ケーキに見立てたケーキ寿司・寒い冬に、体を暖めるようにと、根菜のおみそ汁・マシュマロをあんこで包んだ、



マシュマロおはぎのメニューでした。目でも楽しみながら、おいしい昼食とおしゃべりに花が咲き、川柳発表もあり、笑い声も溢れていました。



# グリーンハイツなごみ会（丹波）

11月14日（月）のサロンでは、絵手紙ボランティアの湊さん、野口さんを迎え、絵手紙教室が開かれました。【下手でいい下手がいい】を合言葉に



たくさん画材から、お気に入りを選び思い思いに筆を走らせていました。初めは恐る恐る

書かれていた参加者たちも、「難しく書かなくていいんや。素直に書いたらいいんやな。」と徐々に慣れた様子で絵手紙を書かれていました。

出来上がった絵手紙をカレンダーに貼り、全員分並べると「おお～なんか上手に見える！」と声上がり、にぎやかで楽しいひとときとなりました。



# 本庄サロン(和知)

12月2日（金）少し早めのクリスマス会を開催されました。参加は17人で食事の後は手遊び、ツリーの飾りつけ等をされました。最後は「上を向いて歩こう」を皆さんで歌い、楽しいひとときとなりました。

初めて参加された方は「初めてでどんな感じかな？と不安だったけど、知っている顔ばかりでホッとしました。楽しかった～。また来たいです。」と話されていました。



お問い合わせ  
連絡先

京丹波町社会福祉協議会 地域福祉課  
丹波支所 ☎82-0126（榎川・岡本） 和知支所 ☎84-1833（湊）