

まちのかぜ 12月号

発行日 令和元年 12月 1日
北見市社会福祉協議会常呂支所
北見市常呂町字常呂 338 番地
〒093-0210 電話(0152)54-1200



オレンジカフェところを初開催

「きょうは楽しくお茶できました」と笑顔で話してくれたのは、喫茶店「しゃべりたい」で初開催したオレンジカフェ(認知症カフェ)の参加者。オレンジカフェは認知症当事者や介護する家族、地域の皆さんが交流しあう場です。(11/8)

みんなで支え合う、温かい地域づくりのため、歳末たすけあい運動にご協力をお願いします。

歳末たすけあい運動にご協力をお願いします



共同募金会では、歳末たすけあい募金を12月1日から12月31日までの期間に行っています。

「歳末たすけあい運動」は、共同募金運動の一環として、地域のみなさまやボランティア、民生委員・児童委員、社会福祉施設、社会福祉協議会など、関係機関・団体の協力を得て、新たな年を迎える時期に支援を必要とする人たちが地域で安心して暮らすことができるよう、地域のみなさまの参加や理解を得て様々な福祉活動を行っています。みんなで支え合う、あったかい地域づくりにご協力ください。

【歳末たすけあい募金期間】 12月1日から12月31日まで

台風19号災害 義援金の募集

令和元年10月に東日本を中心に記録的な大雨と甚大な被害をもたらした台風19号。豪雨災害から2ヶ月になりますが、今も非常時で不自由な生活をされている被災者を支援するため、義援金を受け付けています。皆様のご協力をお願いします。

【義援金募集期間】

令和元年10月16日から
令和2年3月31日まで

【受付場所】

北見市老人いこいの家
(北見市共同募金委員会常呂地区委員会)
☎54-1200



みんなの広場で楽しい演奏会と催し

日頃のボランティアや福祉団体などの活動を広く知ってもらおうと、今年で2回目の「みんなの広場2019」が10月27日に多目的研修センターで開催されました。今回は、音楽好きな障がい者とサポートするメンバーで結成した網走の「しゃ～みん♪」が出演したほか、高齢者擬似体験やカレー、手打ちそばの試食、新ゲームの体験など、楽しい1日を過ごしました。また、午後から映画「こどものそら」を上映しました。



おでかけは車窓からの風景 ～列車の小さな旅「ふれあい昼食会」～

70歳以上の配偶者のいない方を対象に「第3回ふれあい昼食会」が10月29日に開催されました。今回のテーマは「楽しいおでかけ」。47人の参加者はバスに乗車し、網走水産科学センターを見学した後、網走駅から女満別駅まで乗車22分の短い列車の旅を満喫。「何十年ぶりに乗った」という方も多く、懐かしさと車窓から見える風景を楽しんでいました。

12月・1月の催し・お知らせ

【12月】

- 8日(日):赤い羽根街頭募金(午前9:00多目的センター)
 10日(火):ふれあい昼食会(午前10:00多目的センター)
 12日(木):いこい茶房(午後1:30いこいの家)
 13日(金):ふまねっと体験(午前10:00いこいの家)

【1月】

- 8日(水):老人クラブ連合会新年交礼会(市民会館)
 16日(木):介護者交流会(午後1:30いこいの家)

ありがとう
 ございました

社協常呂支所にご寄付・
 ご寄贈をいただいた個人
 や団体を紹介します。

【ご寄付・ご寄贈】

- 万年 美子 様(弁天) 20,000円
 ・故人が生前お世話になったためー。
 三嶋千津子 様(南町) 30,000円
 ・故人が生前お世話になったためー。
 元気クラブ 様 折り鶴 156羽
 ・福祉推進のためー。



←常呂地域の福祉に役立てほしい
 と、松平知子さん(左)が常呂支所
 を訪れ、北見市社会福祉協議会に
 50万円を寄付されました。9・18

かぼちゃポタージュ



【かぼちゃポタージュの素】

◆材料(2人分)

- かぼちゃ…700g(皮わた取り
 500g/大き目のかぼちゃ1/4個)
 ○玉ねぎ…1/2個 ○バター…
 20g ○塩…小さじ1 ○水…
 200ml

◆作り方

- ①かぼちゃの皮わたを取り、1cm幅の薄切りにする。
- ②玉ねぎは薄切りにして、鍋にバターを溶かし、炒める。
- ③玉ねぎがしんなりしたら、かぼ

ちゃを加えてさらに炒める。

④水と塩を入れて蓋をして、弱火でかぼちゃが軟らかくなるまで煮る。

⑤ミキサーで滑らかにし、保存容器に入れて完成。ミキサーがなければ、木べらなどでなめらかになるまで潰す。

【かぼちゃポタージュ】

ポタージュの素100g+牛乳100ml(1人分)を鍋に入れて、火にかけ、なめらかになるまで静かに混ぜる。器に注ぎ、みじん切りにパセリなど、中心に浮かす。

(提供◎育味の会)

このひと



20年前になるかな、網走の手話講座に参加して、そのまま手話サークルで活動してきました。その後、常呂の手話講座でゆび文字を習った。手話を通して聞こえない方と話したいと思ったのがきっかけです。まだまだ勉強しないと分からないですね。

わかほら まゆみ

若原真弓さん(日吉) / 「みんなの広場2019」のゆび文字コーナーでボランティア活動/日吉生まれの常呂育ち/夫とふたり暮らし/68歳

令和元年度網走地区老人クラブ連合会

功労者表彰に常呂支部から4氏

老人クラブの運営発展に10年以上にわたり尽力された功労者に、網走地区老人クラブ連合会(鈴木茂男会長)から10月11日、ホテル網走湖荘で4名の方が表彰されました。

表彰者は北嶋諭氏、植村廣司氏、黒滝多美子氏(西町アカシアクラブ)、小野寺キヨ子氏(福山老人クラブ)

◆お問い合わせ先◇

- 北見市社会福祉協議会常呂支所 ☎54-1200
 高齢者相談支援センター常呂 ☎63-2026
 (常呂地区地域包括支援センター)
 常呂地区居宅介護支援事業所 ☎54-3443
 ヘルパーステーション常呂支所 ☎67-7532

かんたんクッキング⑰

*ところのボランティア活動の最前線をお伝えします。ホットな情報をお寄せください。

ボランティア情報紙

ぺったんこ

NO. 202

2019
12月号

北見市ボランティア市民活動センター常呂
☎ (0152) 54-1200 fax (0152) 54-1201
ホームページ <http://www.kitami-shakyo.or.jp>
メールアドレス tokoro@kitami-shakyo.or.jp



障がいを知る「高齢者擬似体験」 不自由から感じる人の温かさ

障がい者や高齢者が持つ不自由さなどを知ってもらおうと、10月27日、多目的研修センターを会場に高齢者疑似体験「ぺったんこフェス」を開催しました。12人の参加者は、アイマスクや手足に重りを身につけ、介助の友だちに手を引いてもらうなどの疑似体験を行い、自らの不自由の大変さと支えられることで人の優しさを感じる機会となりました。

エコキャップ104kgをお届けしました。



↑エコキャップの総重量は104kgで、患えない子どもたちのワクチン約52人分になりました。

地域の皆さまから集められた「エコキャップペットボトルキャップ」は、10月29日、ふれあい昼食会の参加者と一緒に美幌町のNPO法人 元氣プロジェクト様に贈呈されました。



微笑ましく「まごの手届け隊」

秋晴れの9月28日、高齢者宅の窓拭きボランティア「まごの手届け隊」の皆さん15名が、高齢者宅18軒の窓拭きに汗を流しました。玄関先で「ありがとね」と声をかけられ、微笑ましいひとときでした。

書き損じハガキの寄付をお願いします。

- 年賀状などの書き損じで使用していないハガキはありませんか。ボラセン・ところでは、このようなハガキの寄付をお願いしています。
- ご寄付いただいたハガキは切手に交換して「ふれあい郵便」（単身高齢者の方らの誕生日ハガキ）などとして地域福祉事業に活用します。

今年は、いろいろなボランティア事業に中学生の皆さんが参加し協力していただきました。ありがとうございました。