



京丹波町食生活改善推進員協議会(くるみの会)

高齢者や男性を対象にしたふれあい調理実習等をとおして食育の推進・健康づくりの担い手として活躍されています。瑞穂・丹波・和知と各支部があり、様々な取り組みをされています。



瑞穂支部



丹波支部



和知支部

サロンでの活動の他、中学生を対象に家庭でも出来るお菓子作りを一緒にするなど、幅広い年齢層の方に手作りの大切さを伝えることを大事に活動しています。

地域で“親子クッキング教室”を開きませんか？子ども会やサロンなど、ご要望があればいかが입니다。メニューや日程など、お気軽にご相談ください！

「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、お隣さん、お向かいさんとお互いの健康を守りながら、生活習慣病予防などのお手伝い・推進している。健康づくりの輪を広げています。

お知らせ「ふれあい調理実習」

桧山地区 11月18日(月)
瑞穂保健福祉センター

梅田地区 11月27日(水)
梅田振興センター

三ノ宮地区 11月20日(水)
三ノ宮基幹集落センター

質美地区 11月29日(金)
質美振興センター

時間は4会場とも10時から開始します。問い合わせは社協瑞穂支所(86-1440)まで

お知らせ「ふれあい調理実習」

竹野地区 12月3日(火)
高原地区 12月4日(水)
須知地区 12月5日(木)
下山地区 12月6日(金)

「男性料理教室」

日時:12月20日(金) 午前10時~

会場:京丹波町中央公民館

メニュー:焼き餃子・

小田巻き蒸し・他

参加費:300円

持ち物:エプロン、三角巾

申込み:12月16日(月)までに

社協丹波支所(82-0126)まで

お知らせ「ふれあい調理実習」

大迫・細谷 11月18日(月)

上乙見・仏主 11月19日(火)

大簾 11月21日(木)

大倉 11月26日(火)

※他・各地区で実施

「男性料理教室」

日時:12月3日(火) 午前10時~

会場:和知ふれあいセンター

メニュー:サバの味噌煮・他

参加費:300円

持ち物:エプロン、三角巾

申込み:社協和知支所(84-1833)

までご連絡下さい。

平成25年度 第2回ふれあい調理実習メニュー

鮭の南蛮漬け 大根とほうれん草の白和え

具たくさん味噌汁 伊達巻卵

白ごはん りんごのコンポート



ボランティア活動紹介

ふきのとう



絵手紙ボランティア

「ふきのとう」では、主に、給食弁当に添える絵手紙を描く活動をされています。お家などで自分の都合のよい時間に描いて、毎月25日頃に社協まで届けて下さいます。季節感を感じられる野菜や草花など、心のこもった絵手紙が添えられているお弁当は、受け取られている方々も喜ばれています。



今年は町の敬老事業の記念品に添える絵手紙も協力して頂きました。



ふれあいいきいきサロン情報 10月23日(水) 和田サロン



和田サロンは年間8回活動されています。今回は昨年のかぼちゃを使ったアートフラワーに続き、中台にお住いの野口さんを講師に迎え、クリスマスリース作りをされました。つるや松ぼっくりなど身近にあるものを持ち寄り製作されました。最初は、「難しそう！」と言われていた参加者の方も、集中して取り組まれ、出来上がった作品を嬉しそうに見せ合っておられました。作品はそれぞれに喜んで持って帰られました。

素敵な作品が出来上がりました。



下村サロン 10月30日(水)



大根の千切りに挑戦

下村サロンでは、男性が料理を作り、参加者に振る舞う取り組みを続けられています。今回も品数も多く、野菜もたくさん摂れる料理が出来上がりました。その間、女性はお話したり“思いでかるた”で歌をうたいながら札を取り合い、笑い声に包まれていました。



メニュー：枝豆ごはん・サバの葉味しょうゆ焼き・大根ナムル・かぼちゃのそぼろ煮・鶏ハムサラダ



絵手紙では皆さん真剣な表情で描かれています。

お昼には、料理を皆さんで食べられ、会話も弾みました。「鶏ハムサラダ」は作り方も簡単で「家でも作れそう！」など話されてました。午後からは、人参やネギ、柿、コスモスなど身近にあるものを題材に、絵手紙を描かれました。

この作品は「質美秋のふれあい祭り」で展示される予定です。



【下山地区ふれあいサロン連絡会】(10/28 下山集会所)

恒例になりました“ふれあいサロン連絡会”を今年度も地区別に開催します。「下山地区ふれあいサロン連絡会」では5つのサロンから報告があり、お互いに他のサロンの取組みを参考にされたり、課題等を共有されていました。

【状況】

- ・今年から男性が毎回参加してくれている。全体の雰囲気が一層良くなった上、机出しや後片付けなどの協力が得られるので嬉しい。(白土サロン)
- ・普段のサロンは女性中心だが、花見や忘年会を開催する時には男性の参加が増える。(尾長野サロン)
- ・「黒瀬きばってやろう会」(50~60代男性中心)の協力が得られ、念願の“畑川ダム巡り”が実現した。サロン以外の場では、きばってやろう会主催の行事に参加し、お互いに連携している。(黒瀬サロン)
- ・茶話会や外出など、参加者の負担の無い程度で実施している。(知野辺サロン)
- ・夕方から公民館に集い、夕食作り、防犯・防災学習に取り組んだ。直後に台風18号が到来し、サロンで学習した内容が活かされた。来年は避難訓練を兼ねた「お泊りサロン」に取り組んでみたい。(駅前サロン)

【課題・意見など】

- ・足腰に痛みを抱える参加者が増えてきたので、外出が難しい。(白土)
- ・蕨サロンとの合同サロンを企画したいが、蕨区まで参加者が歩いて行くには少し遠いので、なかなか話が進まない。(尾長野)
- ・参加者が固定化している。解決策を見つけるのが難しい。(知野辺)



須知・高原地区

ふれあいサロン連絡会のお知らせ

日時：平成25年11月27日(水)
13:30~15:30
会場：健康管理センター 2階
内容：レクリエーション紹介
情報交換会
対象：ふれあいサロン活動者
(須知・高原地区)
申込み：社協丹波支所

第62回京都府社会福祉大会 府社協会長表彰(ボランティア功労者団体)

祝

とみた はぎ
富田萩の会

大会当日(10/31於：京都テルサ)には、萩の会の活動を紹介するポスターが会場内に展示されました。



(写真) 岩崎 正子代表

【設立】平成6年

【活動拠点】京丹波町富田区内

【活動内容】

富田公民館において、ふれあいサロンを開催しています。サロンでは花見や食事会、演芸鑑賞などを企画、実施しています。また、毎年12月には一人暮らし高齢者のお宅を訪問し、クリスマスケーキを届けています☆



【お問い合わせ・連絡先】 京丹波町社会福祉協議会 丹波支所 ☎ 82-0126 (山崎)

和知

わちふれあい祭り2013開催されました！



手芸ボランティアモチーフ

10月19日(土)、道の駅「和」で開催されました2013「和知ふれあいまつり」に毛糸で編んだ手作りセーターやマフラーなどの作品を販売されました。売上金の一部を「地域福祉に」と京丹波町社会福祉協議会へ、ご寄付いただきました。



ありがとうございました♪



京丹波町共同作業所の自主製品の販売。今年は新米も販売。



京丹波町社協和知支所の名物ぶた汁です。具たくさんでネギたっぷり。あたたまります。多くの方に来ていただきました！



赤い羽根共同募金配分金を活用させていただいています。



和知大正琴同好会

第62回京都府社会福祉大会京都府社協会長表彰「ボランティア功労者団体」を受賞！

10月31日(木)に開催された第62回京都府社会福祉大会におきまして「琴城流 琴麗会 和知大正琴同好会」さんが、ボランティア功労者団体府社協会長表彰を受賞されました。和知大正琴同好会さんは、京丹波町・南丹市・綾部市・京都市内の高齢者施設での催し物や町内の夏祭り等に参加し、演奏され多くの方と交流を深めておられます。また視覚障害者ハーモニカクラブとの合同勉強会や本部主催の研修会にも参加し、意欲的に活動されています。おめでとうございます！



【お問い合わせ・連絡先】 京丹波町社会福祉協議会 和知支所 ☎84-1833 (湊)