

# 社協ふれあい情報 11月号

発行：王滝村社会福祉協議会

平成29年10月25日発行  
Tel：48-2008  
Fax：48-3033  
Mail：shakyo@vill.otaki.nagano.jp

山の色が少しずつ色づき始め、すっかり秋模様。先日、なめこの味噌汁を食べたら、やっぱり体が温まるので、気分も温かくなっていいなと思いました。秋の味覚は、美味しいものばかり。体重を気にしながら、でもおいしい物はやめられない…みなさんも、冬に向けて栄養を蓄え、元気に過ごしましょう。

## デイサービス敬老会 ～祭いだ!わっしょい!!～ 9月26日(火)



今年の敬老会のテーマは、“祭り”。皆さんで作ったお神輿が室内を練り歩きます。きらきらした飾りまでついて本格的！利用者さんに笑っていただくこと、職員は色々な芸を披露します。五木ひろしに二人羽織、お嬢さんたちのダンスまで、とても楽しそう！手作りの御神輿は、後で玉入れの籠となって登場。紅白仲良く1勝ずつ、引き分けです。最後は、お気に入りの曲でカラオケ大会。まだまだ元気なお姿に、頼もしさすら感じられた楽しいひと時でした。



## ひとり暮らしよらまい会 ～方言ておずかしいな～ 10月16日(月)

あいにくの雨でしたが、元気な面々が揃いました。今回は、村の方言を残そうと、福祉・健康の集いで行った方言クイズをみなさんに見てもらいました。普段の会話ではすらすら出てくる言葉も、紙に書かれると発音も意味もついつい考えてしまいます。考えることや昔を思い出すことは脳に刺激を与えることで、とても大事です。標準語では、何て言うのか考えるだけでも結構ひと苦労。よそから来られた方には難しくても、一つの会話のネタとしては最高です。食改の方に協力いただき、王滝で獲れた秋野菜をたくさん使った料理は、ヘルシーな味付け。「いつもは、ひとりだでな。」と、簡単に済ませてしまう食事、誰かに作ってもらって食べると「うまいんな、つい食べ過ぎるわ!」と満足げです。「来年は、旅行にでも行ってみたいな。」と会話も弾みました。



### 赤い羽根共同募金にご協力を!

村民の皆さまには、共同募金にご協力いただきありがとうございます。皆さんにご協力いただいた募金は、地域の福祉活動や支え合い活動に生かされます。締め切りが近づいてまいりましたので、今一度ご協力をお願いいたします。

募集期限 ◇戸別募金 10月1日(土)～11月 4日(金)まで ◇法人募金 10月1日(土)～11月14日(月)まで **王滝村共同募金委員会**

食改さんおすすめレシピ ひとり暮らしよらまい会で、食改さんが作ってくれたおすすめレシピです。とてもおいしかったので、皆さんもぜひお試しください。

**材料(4人分)**  
凍り豆腐 4枚 烏ひき肉 50g  
しいたけ 2枚 玉ねぎ 中1/2個  
にんじん 少々  
煮汁 (だし汁2.5カップ・みりん大さじ1  
砂糖小さじ2・しょうゆ小さじ2  
塩小さじ1/4)  
片栗粉 少々

- ①凍り豆腐を50℃の湯でもどす。
- ②しいたけ、人参、玉ねぎをあらみじん切りにする。
- ③肉に②を入れ混ぜる。
- ④凍り豆腐の水分をしぼり、斜めに半分切り、真ん中に切れ目を入れ③の具材を詰める。
- ⑤煮汁に④を入れ、20分煮る。
- ⑥片栗粉でとろみをつける

## 11月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 滝越地区サ ロン&出張 介護教室	3 文化の日 10:30～1:00頃 ※対象の方には、 別途ご案内します。	4
5	6	7 立冬	8	9	10 ごたくらぶ 1:30～3:30	11 今回は、 健康体操 です。
12	13 ふれあい 元気教室 1:30～3:00	14	15	9日(木) 1:00～4:00 女性相談 福祉活動専門員 介護・認知症相談 介護支援専門員		
19	20	21 21日(火) ※午前中は合同で交流会です。 いきいきサロン 10:00～3:30 どんぐり広場 10:00～11:30	22 小雪	23 勤労感謝の日	24 お楽しみ 弁当 しゃくなげ グループ	25
26	27	28	29	29日(水) 12:00～3:00 介護者リフレッシュ&家族会 ※対象の方には、別途ご案内します。		

3日(金)、23日(木)はデイサービスと訪問、毎週土曜日は訪問サービスのみ営業。配食、移送サービス等は平日のみ営業です。