



# 2月 おれんじ通信

第101号 令和3年 1月25日発行

大槌町社会福祉協議会 生活支援相談員

## ～地域のお茶っこの会の様子～



### 柁内地区お茶っこの会

12月10日、柁内地区自治会主催によるお茶っこの会があり、16名の参加がありました。ピンコロ体操や都道府県クイズを行いとても盛り上がりました。



### 赤浜地区お茶っこの会

12月16日、民生委員主催によるクリスマス会をしました。37名参加があり、いつもは2時間程度で楽しいお茶っこの会ですが、今回はコロナ禍のため1時間程度で楽しい昼食会も今回は持ち帰りのお弁当になりました。相談員も参加し、文字遊びと軽いストレッチをしました。

## 心の中の力を感じましょう

今年の盛岡は、例年になく雪が多い日々です。雪は、やがて私たちの糧になります。そんな雪をザクッ、ザクッと踏みしめながら歩いています。転々と続く足跡と傍を歩いている子犬らしい足跡を見ると、楽しげな様子が浮かびます。サササッと枝から舞い散る粉雪を見て、生きている木々を感じます。力を溜めている大地を感じます。きらきら雪が光る瞬間はとてもきれいです。墨絵の景色の中での凜とした空気、そして、やって来る春の気配を探すのが好きです。

今は、いろんな意味で厳しい冬の時期です。冬が来るってことは、春ははるかに遠いってことはないよね？（シェリー「西風に寄せる歌」より、翻訳：冬来りなば春遠からじ）。厳しいコロナ禍の冬の中で、皆様ご自身の煌めく瞬間、潜んでいる力や強み、春の気配を感じてくださることを願っています。

認定NPO法人心の架け橋いわて（こころがけ）  
青柳美樹（保健師）

## 『こ茶っこ』年末大掃除



昨年12月26日に『こ茶っこ』の大掃除をしました。こ茶っこ利用者はじめ近隣住民さん11人が参加してくれ、きれいになりました。今年もこ茶っこサロンを開催します。年齢問わず誰でも利用できるのも、こ茶っこサロンが気になっている方はぜひご利用ください。

今月もいろいろなイベントを企画しています。やってみたいことや作ってみたい物があったら、職員に声を掛けてください。（\*^^）v

## 今月の「いただきます～す」～鶏手羽の青じそドレッシング煮～

材 料 (4人前)	作 り 方
鶏手羽元 500g	① 糸こんにゃくは、食べやすいように切る。 ② 鍋に長ねぎ以外の材料を入れ、中火～弱火で20分位煮る。
糸こんにゃく 1袋	
長ネギ 2本	
にんにく 1個	
青じそドレッシング 200cc	③ 長ネギは、3cm位に切り焼きネギにする。 ④ 鍋に③の焼きネギを入れ2～3分煮る。
水 200cc	
※とうふ、里芋を入れてもおいしいと思います。	



♥ おれんじ通信に記載するレシピを募集します。

# 2021年2月 サロン行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5 大安	6
<p>さあ、朝日を見て一日の始まりです。浪板海岸から撮影</p> 	<p>ひだまりサロン 吉里吉里町営住宅 集会所 10:00~11:00</p>	<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p> 		<p>朝茶をどうぞ 朝茶には、煎茶がおすす めです。緑茶のまろ やかな渋みと苦みで頭 をスッキリ。パタパタ する朝に少しのゆとり を…同時にお茶うがい もインフルエンザ対策 に効果あり。</p> 	<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p> <p>『こ茶っこ』の場所は <b>県営上町アパート集会所</b>です。 開所曜日は、<b>火、水、金、土</b>です。 皆さん、気軽にいらしてください。</p>	
7	8	9	10	11 大安	12	13
<p>そうそう それでね… 話が弾みます。</p> 	<p>ひだまりサロン 大ヶ口1丁目町営住宅 集会所 10:00~11:00</p>	<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p> 		<p>クリスマスを目の前に 『生木リース作り』 どれも素敵な作品です。</p> 	<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p> 	
14	15	16 大安	17	18	19	20
<p>バレンタインデー 本命？義理？友？ さて、あなたは…</p> 	<p>ひだまりサロン 三枚堂第3町営住宅 集会所 10:00~11:00</p> 	<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p>	<p>ひだまりサロンで脳トレ みんなでグーチョキパー 体操。あーや、間違っ たわー(笑)</p>	<p>石鹸デコパージュ作り。 石鹸の表面に絵柄を貼 り付けてみました。石 鹸が大変身！！</p> 	<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p> 	
21	22 大安	23	24	25	26	27
<p>久しぶりに ひと踊りしまし ようか。</p> 	<p>ひだまりサロン 県営安渡アパート 集会所 10:00~11:00</p>	<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p> 		<p>マスクの検品も 手際がいいですね。</p> 	<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p> 	
28 大安	<p>社協の「ひだまりサロン」と「こ茶っこ」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止する場合があります。</p> <p>寒さももう少し。 春よ来い。 早く来い。</p> 					<p>お問い合わせ 生活支援相談員 080-2823-7570 〒028-1115 大槌町上町1-1</p>
<p>毎月28日は いわて 減塩・適塩の日</p> 						