香南市身体障害者連盟の研修をおこないました！

11月22日(月)、映画「竜とそばかすの姫」の舞台に行ってきました。
当日は強い雨に打たれ足元の悪い状況でしたが、屋形船に乗り、焼きたての鮎をみんなで頬張りました。
約１年半ぶりの研修ということで、「家の中におるばっかりやき、よかった！また行きたい」との声が聞かれました。

次回の研修を２月20日(日)に予定しています。一緒にリフレッシュしませんか？

会員募集

香南市身体障害者連盟では、会員（年会費 500 円）を募集しています。
香南市在住で身体障害者手帳をお持ちの方であれば、どなたでも大丈夫！
お気軽にお問合せください。
問合先 香南市身体障害者連盟　担当：前田　☎57-7300

敬老の日にあわせて、夜須小学校児童の作文をお届けしました！

夜須町内の約800名を対象に行う夜須地区敬老会が今年もコロナウイルス感染拡大予防のため中止になりました。本来であれば、送迎バスを町内くまなく巡らせ、夜須公民館･夜須福祉センターで開催し、アトラクションには夜須幼稚園や夜須小学校の子どもたちの発表、地域のボランティアの方による伝統芸能等の演目で大いに盛り上がるはずでした。
そこで、夜須小学校では各学年を代表して披露する予定であった児童の作文を民生委員児童委員さんにお願いして対象のみなさまへお届けしました。

各学年の作文のタイトルをご紹介します。
1年生「ぼくのじいちゃんとばあちゃん」
2年生「手いのおばあちゃん」
3年生「大好きなおばあちゃんとおじいちゃん」
4年生「温かい　家族みたい」
5年生「大好きおばあちゃん」
6年生「育ててくれた人達」
表紙は6年生の白石葵さんが描いてくれました。

通所介護事業所
みかんの里

12月1日(水)、朝比奈功様、岡本八重子様より、もみの木のご寄附をいただきました。

利用者のみなさんとさっそく一緒に飾り付け、クリスマスツリーの前で記念撮影をしました。

本物のもみの木のツリーにすっかりクリスマス気分!クリスマスソングを歌ったり、少しはやめのクリスマスを楽しみました。

ちいき食堂もぐもぐてい、開催しています！

12月12日(日)に岸本防災コミュニティーセンターで第3回目の「ちいき食堂もぐもぐてい」を開催しました。

準備していた食材がなくなったためお断りしてしまった方もおり、申し訳なく思っています。次回はもっと増やしてお待ちしています!

当面は感染予防を考慮してお弁当形式で11:30～12:30の運営を考えています。お持ち帰りいただいてもいいですし、ホールで食べることもできるよう準備しています。

今回もたまご、大根、すまき、みかんなどなど、たくさんのご寄附をいただいた食材でボランティアのみなさんがおいしいごはんを作ってくれました。

来てくださったみなさん、ご寄附くださったみなさん、ボランティアのみなさん、本当にありがとうございました。

ホールから「おいしかった!」という声が聞こえてきてうれしかったです!

1月 2月 3月 の法律相談日

※香南市在住の方に限ります。

【相談時間】
第2金曜日
午後1時30分から4時30分まで
第4金曜日
午後2時から4時まで

予約が必要です
電話
0887-57-7300

1月14日	香我美保健福祉センター
28日	赤岡市民館
2月25日	吉川防災コミュニティセンター
3月11日	香我美保健福祉センター
25日	夜須福祉センター

第171号

あげます⇔ください

1月情報

香南市社会福祉協議会（代）57−7300
この事業は香南市社会福祉協議会の会費事業として行っています。

登録カード・ポスト設置場所
（平日のみ）香我美庁舎・吉川市民館・夜須公民館
（平日・土も可）赤岡市民館
（平日・土・日・祝も可）のいちふれあいセンター

【登録前にお読みください。】
※**1月31日午前11時まで**、各ポストにて受付しています。
※リストへの掲載は翌々月となりますので、ご了承ください。
※お申込みが多数の場合は抽選となり、当選された方のみご連絡させていただきます。
※玄関から玄関までのお届けとなり、集配は翌月の中頃を予定しています。
※電化製品は、動作の確認をお願いします。
※大きい物・重い物・生き物・食品・植物は取り扱いができません。
※物品の状態によっては、リストに掲載できない場合がありますのでご了承ください。

12月1日現在

あげます登録リスト

※有効期間2ケ月程度となります。

情報No.	物品名	状態（型式・サイズ｛横、奥行、高さcm｝・色・使用年数 等）
A-845	女児用リュック	ピンク色　１年使用
A-861	はじめてのジグソーパズル	アンパンマン　サンスター15ピース　10年ほど前に購入
A-862	パズル	アンパンマン　サンスター10年ほど前に購入
A-867	子供用リュック	Coleman　黒×グレー　12ℓ　少し傷んでいますがまだまだ使えます
A-870	靴（女性用）	①サイズ:23cm　色:ブルー　②サンダルLサイズ 色:白に青い飾りビーズ付き　経年劣化によりつま先部分に若干ひび割れあり　①②とも未使用
A-874	額（写真）	縦36×横36 色　茶色 1枚　縦40×横30 色 銀色 1枚　縦43.×横33　色 黒　2枚
A-875	写真立て	縦29×横48
A-876	ビールグラス・ワイングラス	型はいろいろ　3ヶ
A-882	足湯マッサージャー	箱は壊れていますが新しいです
A-883	ビールジョッキ・コップ	縦12cm×横6.5cm　飲み口7.5の物6個　縦14cm×横7cmの物1個　縦10.5cm×横６cmの物14個
A-886	雑貨	ストラップ・バック等　女性向けの物多数
A-890	岡豊高校カッターシャツ	半袖2枚　サイズLL
A-891	インテリア用大皿	約45cmほど。　絵入りで年数は不明
A-892	すわり机	横180cm×幅45cm×高さ30cmくらいの机　4脚あり
A-894	小皿	直径12cm　同柄（ブルー系）10枚　柄違い2組　箱なし未使用
A-897	テニス用スコート2点	①白（YONEX）W70 H94〜96　②ブルー（ellesse)サイズ46
A-898	靴	①ミズノ白色 26.5cm 27cm　通学で使用していた為使用感あり。②チャンピオン23cm　紺地に濃いピンクのライン入り比較的きれい③バレーボールシューズ　メーカー品　白地にかかと部分が黒 27cm　1年ほど使用
A-899	健康器具（ウォーキングマシン）	10年ほど前に購入 １〜２年程度使用　使用感あり
A-900	ファンヒーター	使用10年未満　この2年は使用していない
A-902	素焼鉢	直径7.5×高さ7cm→５個　直径13×12.5cm→５個　直径15×12.5cm→５個
A-903	着物バッグ	紺色　ほとんど使っていません
A-904	つなぎの寝巻	ファスナー付　Mサイズ　２枚あり　１年程使用
A-905	セーフティーベビーゲート	取り付け幅69〜97cm　トリプルロックシステム,フットオープンタイプ　2〜3年ほど使用
A-906	漬物石	15Kと10K
A-907	チャイルドシート	エールベベクルット4iリラクシー　グレー　ＩSOFIX　箱なし 2年ほど使用
A-908	チャイルドシート	エールベベクルット4iリラクシー　グレー　ＩSOFIX 2年ほど使用　カバーにシミあり
A-909	ハンガーラック	幅70×奥行40×高さ90cm　シルバー　5年ほど使用
A-910	絵本	幼児用絵本　10年以上の物もあり
A-911	カラフルボールプール	折りたたみ式　ボール50個付　室内用コンパクト　1年ほど使用
A-912	女子服	150cm　主に冬服　2〜3年使用
A-913	男児服	90〜100cm　年ほど使用
A-915	ステンレス製3層底片手圧力鍋	3.0ℓ（4合炊）H-5126 パール金属　全町365×幅210×高さ185mm　オール熱源　10年前購入　1回使用
A-916	鉄製両手天ぷら鍋	HB-1823 油量1.6L ｵｰﾙ熱源対応 ﾐﾆｻｲｽﾞ 天ぷら鍋 未使用
A-917	軽量セラミックコート卓上鍋	5〜6人用　IH・ガス対応　清水7.0L　2019年購入1回使用
A-918	医療ローラ付ベッド	フランスベッド製　少し古いがほとんど使っていませんベッド型マッサージ機　二つ折り可能

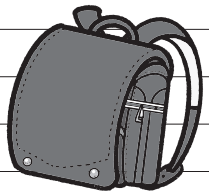
A-870

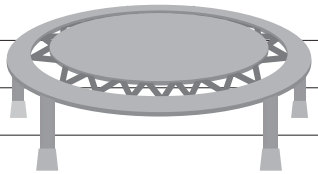
A-899

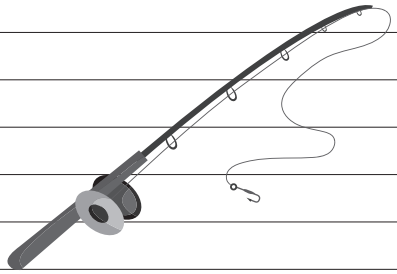
※イラストはイメージです。実際の品物とは異なります。

ください登録リスト ※有効期間6ヶ月程度となります。

物品名	具体的に（型式・サイズ・色・使用目的等）
自転車	・24インチ～26インチの大人用自転車。比較的新しいものを希望。・ママチャリ希望
茶道具	茶道で使う用具
家電製品	洗濯機（小型4.5kgまで）・ミシン（ポータブル・足踏み）・湯沸かしポット・電気ケトル・電話機（液晶で履歴見れるもの）・パソコン・石油ストーブ
歩行器	大人用
プレイマット	
ベビージム	
カーテン	履き出し窓用　レースカーテンと厚手のカーテンが欲しいです。
バイオリン	大人用　古くても良いです
のいち幼稚園制服・体操服	特に男の子用スボンとジャケットが欲しいです。
野市中学校体操服	ジャージの長スボン　Ｌサイズ以上のもの
知育おもちゃ	子供が遊べる物　ジェンガ・黒髭危機一髪 等
ままごとセット	キッチンもあれば欲しいです
ヘッドホン	
ランドセル	
ハンモック	スタンド付きで自立できるもの
トランポリン	
本棚	3段BOXの高さまでの物
折りたたみベッド	高さ（ﾏｯﾄ含む）25cmの物希望
はがま	できるだけきれいな物
かまど	ホームかまどがほしいです
LPガス用コンロ/IHコンロ	一口でもOK
ベビー柵	階段の所に降りない為に必要
ベビーカー	安全性の観点から、新規購入より5年内の物でお願いします
シルバーカー	安全性の観点から、新規購入より5年内の物でお願いします
ズボン	男性用LLサイズが欲しいです
ベビーバス	プラスチック製・ビニール製問いません
植木鉢	直径30cm深さ30～40cmくらいの物が欲しいです
色鉛筆	
一輪車	農業用　運搬用
靴下	男性用　新しい物
釣道具	鮎つり用品（竿・針・網・箱めがね）等
ラグマット	1～2帖用
テーブル	ちゃぶ台のようなイスがいらない物。1人で使うので大きくなくて良いです
ＴＶ台	40インチくらいのＴＶがのるもの
くわ・またぐわ・とぐわ（つるはし）	古くてもかまいません。
トランジスタラジオ	AM,FM両方聴けるもの
文化鍋・無水鍋・圧力鍋	
カッパ	中学生用の紺色でLサイズのものを希望
一輪車	高学年用でできれば女の子用のタイヤ劣化の少ないもの希望
ベビーベッド・ベビーサークル	
働くおもちゃ	パトカー・工事車両・救急車等







前回12月22日の集配では4品6件のご利用がありました。ご協力ありがとうございました。

今月の料理

黄柚子こしょう

★　柚子こしょうは、ビタミンE、ビタミンB6、ナトリウムを多く含む調味料の一種です。

作ってから二週間ほどねかせてから、湯豆腐、鍋物、刺身、味噌汁、焼きそば、サラダ等いろいろな料理に使うと一味違った味を感じることができます。

黄柚子こしょうは、青柚子こしょうとはちがったまろやかな風味です。

栄養士　足達 真奈美

材料　作りやすい分量（小さじ1（6ｇ）8kcal）

柚子の皮 …… 100ｇ
柚子のしぼり汁…… 大さじ 2
赤トウガラシ（生）…… 50ｇ
※生のトウガラシがない場合は、
乾燥したものを柚子のしぼり汁に浸してから使うとよい
粗塩 …… 22ｇ（柚子の皮と赤トウガラシの重さの 15%）

作 り 方

① 柚子の皮をそぎ取り、きざむ。
② 赤トウガラシはヘタを取り、種を除いてきざむ。
③ スピードカッター、またはすり鉢に①②、しぼり汁、粗塩を入れてペースト状にする。
④ 清潔な保存容器に入れて冷蔵庫で保存する。

今月の表紙

一生懸命に下を向いている3人の目線の先にあるものは、サツマイモ!

小学校のこどもたちやファミサポ交流会で植えられたサツマイモが大きく育ち、いろんなひとが日替わりで収穫体験をしました。

この日は、お達者教室の利用者さんといっしょに収穫を楽しみました。「見えちゅうに、なかなか抜けん!」と大きく育ったサツマイモと格闘し、「あしたが心配…」とふだんとちがう動作をして翌日の筋肉痛をみんなで心配したことでした。

いやしの里農園で収穫したサツマイモは、こども食堂やひとり暮らし高齢者のおせち料理、ファミサポ交流会など、さまざまな事業で使われています。