



え：よしだみずほ

2012年10月9日

《発行》中津市ボランティア・市民活動センター（中津市教育福祉センター内）  
〒871-0021 中津市沖代町1-1-11 TEL 23-2095 FAX 24-7682  
ホームページ》http://www.nakatsu-s.or.jp/ E-MAIL》volunteer@nakatsu-s.or.jp

## 地域サロン『あずめの家』が満12年を迎えました

9月18日（火）に沖代すすめが運営している「地域サロンすすめの家」が満12年を迎えました。

すすめの家の開所までには、沖代公民館でミニデイサービスを7年間したことが基礎となっています。公民館を拠点とした地域ボランティアの活動を通じて人の輪が徐々に広がっていったことで、すすめの家が12年間継続できたのだということでした。12周年を迎えたこの日は、すすめの家には40名の方々が集まり、一緒にお祝いをしました。

沖縄おどり・どじょうすくい・手品・ハワイアンダンス・詩吟など、沖代すすめが盛りだくさんの内容で、出前演芸を披露しました。また、バナナのたたき売りもあり、大いに盛り上がりました。すすめの家は、月曜日にいずみの園からのアウトデイサービスを受け入れ、火曜日と金曜日はサロンを開催しています。県内外からも視察研修で訪れる方々も多く、いつ行ってもみなさんの笑顔がいっぱいの家です。利用者也支える側もすすめの家と一緒に運営しており、支える側もボランティア活動をしているという意識がなく、それぞれが出来る得意分野を生かし、役割をもって参加しているようでした。代表の吉田さんは、地域サロンの役割として今後は介護予防としての必要性を感じ、「一晩のお泊りができるようにしたいです。」と、夢を語ってくださいました。また、「15周年に向かって活動を続けていきます。」とにこやかに話して下さいました。



写真提供：すすめの家・NAVCA

## グループ活動紹介

## ～大正琴フレンドリー～ 笑いがいっぱいの敬老会♪

『大正琴フレンドリー』は、女性9人のメンバーの会で、その時期に合わせた曲、10曲を選んで月4回の練習をしています。豊富なレパートリーも納得できました。また、毎月の定期的な活動として、4ヶ所の老人福祉施設に慰問に行っています。それぞれの施設で楽しみにしている方とも顔なじみになり、演奏に合わせて歌詞カードを見ながら毎回大きな声で一緒に歌ってくれています。

「その笑顔を見ると私達もとても嬉しくなります。待っていてくれる方がいるかぎり、私達の身体が続くかぎり頑張りたいと思います。」と、にこやかに話をしてくれました。

この、9月17日（月）、南部公民館で諸町熟年会敬老祝賀会が行われました。主催者は毎年、色々な方々を招き楽しいひと時をみんなで一緒にお祝いをしています。今回は、大正琴の出前演芸の「フレンドリー」にお話がありました。大正琴だけではなく、仲間のグループに声かけをして、大正琴の演奏や、皿まわし、コマ回し、フラダンス、相撲甚句、南京玉すだれ、剣舞、三味線演奏、マジックなど豊富な内容を披露しました。参加者の皆さんからは、笑い声や沢山の大きな拍手をいただきました。また今回、ボランティアさん同士の繋がりを知ることができたようです。見て下さる方はもちろん、自分も楽しみながらのボランティア活動を長く続けていきたいとお話されていました。

## ～会よりメッセージ～

『フレンドリー』は、平成18年10月に結成し、名前のようにみんなで仲良く、楽しくをモットーに活動をしています。

慰問先では、みなさんが大きな声で歌って下さり、「楽しかった。」と、言っただけなら私たちメンバーは最高の気分です。



今年も開催します！！

# 第4回みんなのふくしまつり～あんたがったどこで～

日時：平成24年11月11日（日）10:00～14:00

場所：中津市教育福祉センター&プレーパーク



今年も市内の子どもから高齢者まで楽しめ、世代や障がいを超えた市民の参加と交流を目的として“ふくしまつり”を開催します。今年は、サブタイトルに「あんたがったどこで～♪」を掲げ、まつりに来ている方と気軽に声を掛けあえるような雰囲気をつくり、参加者同士の《つながり》ができればと考えています。当日は、アトラクションや参加体験・見るコーナー、屋台コーナーなど様々な催しを計画中ですので、ご家族・ご近所の方お誘い合わせの上、気軽に遊びに来てくださいね♪

〇お問い合わせ先 第4回みんなの“ふくしまつり”事務局  
中津市社会福祉協議会 地域福祉課 TEL23-2095



## 情報コーナー

### カメラ10人の写真展

「第3期カメラマンボランティア養成講座」の受講生による、地域サロン活動など、ボランティア活動現場での撮影実習の写真展です。

多くの皆さんにご覧になって頂きたいと思います。



日時》平成24年10月26日（金）  
10:00～17:00  
平成24年10月27日（土）  
10:00～16:00

会場》中津文化会館2F  
スタジオA

問合せ》中津ボランティアカメラマンの会  
（NAVCA）



### なかつ子ども劇場11月観賞会

～人形劇「サクラがいく」を鑑賞しませんか？～

新入会員さん、大募集です

なかつ子ども劇場は生の舞台劇や人形劇・コンサートなどを行なっています。すぐれた舞台劇を鑑賞することにより自分自身が心豊かになってもらえるように年間5回の観賞会を行なっています。

日時》平成24年11月14日（水）  
19:00開演

会場》中津市教育福祉センター  
問合せ》中津子ども劇場

TEL 24-1455

090-6776-6870（久恒）

※ぜひ、みなさんでお誘いあわせください。

## 給食ボランティアおすすめの一品

### 『とり肉の2色揚げ』

材料 4人分

鶏肉 240g・青じそ 4枚・焼のり 4枚

ごま油、酢、片栗粉 大さじ 2

塩 小さじ1・揚げ油 適量

手順① 鶏肉は皮と脂、筋を取り除く

手順② ごま油、塩、酢の順に加えその都度良くもみ込む

手順③ 鶏肉の半量30gに青じそを巻き、残りはのりを巻く

手順④ 片栗粉をまぶし、油で揚げる



～一品提供グループ～  
「ちぐさの会」

会員数》17名

活動日》第3土曜日

活動場所》今津公民館  
調理室

活動地域・地区場所》

植野・野依・赤迫

今津地区の一部



☆会のみなさんから一言☆

季節の地産地消の食材を使って全て手作りをしています。配食時に「待ってたよ。美味しかったよ。」と話していただき、食べて下さる方からの言葉に励まされながら私たちの活力となって活動をしています。毎日が楽しみです。

ボランティアのみなさん：ぺんぎんに掲載したい情報がありましたら、お問合せください。たくさんのお情報をお待ちしています。

へんしゅうこうき

時代の流れに必死で付いていこうと、スマホを購入しました。覚えることの多いこと！サイトで色々取り込むと楽しくて、楽しくて！スマホのしすぎで、目は充血だし、画面を見ると指でスライドをしてしまっ、一人で笑っています。前途多難ですねッ。（笑）

～ボランティアコーディネーター：わたなべゆかり～