

ふれあい・いきいきサロンだより 第24号 (平成28年7月号)

札幌市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉係 発行

住所：札幌市中央区大通西19丁目1-1 札幌市社会福祉総合センター3階

電話：011-614-3344 FAX：011-614-1109

ホームページ：http://www.sapporo-shakyo.or.jp/

～『団地サミット2016』でサロン活動が紹介されます～

地域コミュニティづくりのきっかけになることを目的に、年に1回開催されている団地サミットでは、今年度、身近な地域づくりとして拡がる「サロン活動」を取り上げることになりました。

サロン活動の展示をとおして、その様子を実感したり、サロンで使えるようなメニュー、ミニ講座を紹介する予定です。皆様のサロンの参考に、足を運んでみませんか？

日時：平成28年9月17日(土) 11時～15時

会場：札幌市社会福祉総合センター4階 大研修室(札幌市中央区大通西19丁目)

内容：サロンの展示・出店、ミニ講座、うたごえ喫茶、ふれあい喫茶 等

問い合わせ：NPO法人シーズネット(担当：杉谷^{すぎや}) TEL 717-6001 FAX 717-6002

新しく登録したニューフェイスサロン紹介！

参加者の声から、
サロンがもっと活発に！

白樺町内会ふれあいいきいきサロン(厚別区青葉地区) 高齢者サロン/5月登録

開催日時：月1回(定例の曜日はなく、開催日は回覧板で周知) 概ね10時～12時

問い合わせ：厚別区社会福祉協議会

区社協職員から一言

青葉会館では、今年から、毎月1回のサロンがスタートしました。会館のある白樺町内会福祉部(福祉推進委員会)が、女性部と連携し運営しています。



昨年までは、年6～7回程度のサロン活動を実施していましたが、住民の高齢化や参加者の希望から実施回数を増やしたいと考え、毎月の開催へと発展しました。

世話役となる人は、参加者との世間話から日頃の様子や悩みなどにも耳を傾け、見守り活動も意識しています。身近な地域の人達が気軽に交流し、地域の支えあい活動に繋がるようなサロンになることを目指しているのです。

「何かあったら、近所の方に相談できるような地域にしたい」「町内会以外の方でも、近所の方が参加してもらうのが理想」と山本代表は話してくださいました。

内容は、毎回テーマを決め、体操や認知症講座、落語や太極拳などを実施し、その後に、茶話会を開催しています。男性の方も気軽に参加できるよう、教養も取り入れたいと趣向を凝らして年間スケジュールを組み実施しています。



〈北海道の方言について(町内会員が発表!)〉
「シールが貼らさる」のように、動詞の後ろに『さる』を付けることは、北海道弁のようです。



★お楽しみクレープ★

材料（8人分）

小麦粉	1 カップ弱
グラニュー糖	大2
卵	3個
ヨーグルト	160ml
牛乳	100ml
バター	16g
サラダ油	適量

<トッピング>

レタス、リンゴ、アスパラ
きゅうり、パプリカ、
チーズ、ウィンナー etc.

<ドレッシング>

- ・ヨーグルトマヨネーズ
(ヨーグルトとマヨネーズを混ぜたもの)
- ・イチゴジャム

《 作り方 》

- ① ボールに振るった小麦粉と砂糖を入れ、中央を少しくぼませて、といた卵、ヨーグルト、牛乳を加えて泡立て器でよく混ぜておく。また、トッピングの具材は、包みやすい大きさに切る。
- ② ①の生地を10～15分位寝かせてから、きちんと溶かしたバターを、やや温かいうちに加え、サラダ油を塗ったホットプレートで薄く小さめの円状に焼く。ホットプレートの空いている場所でトッピングの具材を焼く。
- ③ 好きな具材を包み、お好みの味付けで食べる。



トッピングはこの他に、かぼちゃ、さつまいも、にんじんなどもぴったり!(^^)!
また、ドレッシングのヨーグルトマヨネーズに、お好みでケチャップを足してもおいしいです。はちみつも合いますよ♪アイディア次第で、いろいろな味になりますね。
このメニューは、いろんな食材がおいしく取れるので、サロンなどの集まりにはおすすめです。
サロンの定番メニューにしてみたいはいかがでしょうか？



メニュー紹介：介護予防センター新道南
「北区食生活改善推進員協議会考案レシピ」です。
ヘルシーなクレープですので、是非お試しください！

介護予防センターは身近な相談窓口！ ～社協は6か所のセンターを受託しています～

介護予防センターは、介護保険法に基づき運営している公的な機関で、札幌市の委託事業です。地域の高齢者の皆様の健康づくりを目的に、介護予防教室や出前講座の開催、福祉活動を支援するとともに、地域のボランティア等の育成支援にも努めています。

～毎月3日は見守り・訪問の日～ サロンも見守り活動のひとつです！

