

ネットワーク通信

NO. 137 (R8. 4. 23発行)

長井市社会福祉協議会

〒993-0011

長井市館町北6-19

☎ 0238-88-3711(代表)

☎ 0238-87-1822(直通)

FAX 0238-88-3712

新年度がスタートし、1ヶ月が経とうとしています。疲れは出ていませんか？これから、ゴールデンウィークが始まります。予定がある方もゆっくり過ごそうと考えている方も楽しい連休をお過ごしください。

今年度も避難者支援事業について、鈴木が担当させていただきます。お役に立てる情報提供や皆さんに楽しんでいただける交流会などを企画してまいりますので、よろしく願いいたします。

～きびたき長井甦るの会交流会～ 酒粕でお菓子作りをしました！！

2月14日(土)、伊佐沢コミュニティセンターで「純米吟醸甦る」の酒粕を使ったお菓子作りを行いました。講師は昨年と同じ、いわき市から移住された村田佳子さんです。

当日はバレンタインデーに合わせて、「酒粕ブラウニー」と「酒粕生チョコ」の2種類を作りました。レシピを見ながら、最初は「酒粕ブラウニー」に挑戦しました。

- ① 割った板チョコとバターを湯煎します。
- ② ボウルに卵&牛乳&砂糖を順に混ぜ合わせます。
- ③ ①に②を少しずつ混ぜて、さらに酒粕を混ぜます。
- ④ ③に米粉、ベーキングパウダーを入れてゴムベラで混ぜます。
- ⑤ 刻んだクルミやナッツで飾り、オーブンで30分焼きます。



オーブンで焼いている間に「酒粕生チョコ」を作りました。

- ① 酒粕に日本酒を入れてレンジ(1分)でペースト状にします。
- ② 板チョコを刻んで湯煎し①の酒粕と混ぜます。
- ③ ②に生クリームを入れて混ぜ合わせます。
- ④ 容器に流し込んで冷やします。(切りやすいように薄くのばす)
- ⑤ 固まったらカットして、ココアを振って完成です。



調理室内にチョコとココアの甘い香りが広がる中でのお菓子作りは、とても幸せなひとときとなりました。完成したお菓子を皆で試食すると「う～ん！おいし～！」という声があがりました。また、きれいにラッピングした手作りチョコはお土産に持ち帰り、家族や知人へのプレゼントにもなりました。「また来年もやりたいね、お願いしま～す。」という声も聞かれ、和やかな雰囲気の中で解散となりました。



追悼・復興・再生 東日本大震災復興祈念事業 東日本大震災を語り継ぎ、15年前の教訓を次の世代へ

3月11日(水)、米沢市市民文化会館にて上記式典が行われました。震災から15年を迎え、多くの方々が献花や式典に参加されました。

みなさん、様々な思いを胸にこの日を迎えられたことと思います。

あのような災害は二度と起こってほしくないと願うとともに、防災への備えについて改めて考える機会となりました。



お知らせ

今年度も昨年度同様の事業で活動させていただきます。

訪問・ネットワーク通信の発行は3か月に1回(4・7・10・1月)、定期交流会は年1回となります。

今後も、きびたき長井甦るの会さん主催のいも煮会等(9月、10月)の参加案内をする予定です。

毎月発行の「うえるかむ」については、訪問の月以外は郵送させていただきます。

訪問は、鈴木と社会福祉協議会職員の2名でお伺いします。

引き続き、必要な情報提供と交流・連携の場づくりに努めて参りますので、よろしくお願い致します。

よろしくお願いします



もうすぐ、ゴールデンウィークですね！！

ゴールデンウィークの予定は立てていますか？連休の終わりが近づくと疲れが出てくると思います。

そこで、ちょっと早いですが連休の疲れを和らげる方法をご紹介します。

- 運動：軽い運動やストレッチを行う。
- 睡眠：しっかりと睡眠をとることで、体の疲れを癒すことができる。
- 食事：胃腸に優しい食事を心がけ、栄養をしっかり摂取する。
- 趣味：自分の好きなことをして、心の充電を図ることが重要。
- リラックス：リラックス系の精油を使用して、リラックスする時間を持つ。



各種イベント情報

(詳しくは市報やホームページをご覧ください。)

| 期日 | 催し | 備考 | 問合せ・申込 |
|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|------------------------|
| 4/28(火) ～ 5/6(水) | 旧長井小学校 第一校舎 春の文化祭 | 期間中、がっこうマルシェ やワークショップが開催され ます。 | 旧長井小学校第一校舎 ☎87-1802 |
| 5/10(日) ～ 5/31(日) | 白つつじまつり | 詳細はこれから | 観光文化交流課 ☎82-8017 |
| 5/23(土) | 第36回ながい 黒獅子まつり | 詳細はこれから | 観光文化交流課 ☎82-8017 |
| 6/10(水) ～ 7/5(日) | あやめまつり | 詳細はこれから | 観光文化交流課 ☎82-8017 |
| 7/4(土) | 長井おどり 大パレード | 詳細はこれから | 観光文化交流課 ☎82-8017 |

