

福祉さとやまべ

発行 松本市社会福祉協議会里山辺支会
編集 福祉さとやまべ編集委員会
印刷 藤原印刷株式会社

防災力を高めよう

「簡単ポリ袋クッキングをやってみよう」

有志グループ「寄りましょ」代表

川端 美早子

昨年一月の能登半島地震より一年が過ぎました。改めてその被害の大きさを思い、また発生当時の混乱ぶりを思い出すにつけ、今私たちがここで出来る事は何なのか再度考え直しています。

松本は糸魚川静岡構造線上に立地しており、私たちもいつ同様の地震が起きてもおかしくない所に住んでいます。地震が起きた時に先ず問題になる「食事・トイレ・ベッド」について日頃から考え備えていくことが重要かと思っています。

私たちはこの中の食事について、いざという時に自分たちで今家にあるものを使って料理をし、食事を作れるようにするために、ローリングストック（普段の食品・日用品を少し多めに購入し日常の中で消費しながら備蓄する方法）とポリ袋クッキングをこの里山辺に広めたいと

考え「寄りましょ」という有志グループを昨年立ち上げました。ポリ袋クッキングはカセットコンロと鍋、ポリ袋、水があれば誰でも簡単に調理をする事ができて、日常の調理も手軽で時短になります。

また「寄りましょ」では松本市地域自治支援交付金事業を利用して、レシピ集を作成しました。レシピ集作成にあたっては自分達で何度も試作を繰り返しました。当初は白米が固すぎたり中まで火が通っていないかったりなどの失敗がありました。誰でも作れるような内容とし写真をつけて載せています。このレシピ集は調理実習に参加された方に配付しています。

参加者からは「ポリ袋がここまで万能と思わなかった。自宅にある食材で実践できそう。」とか「ポリ袋でこんなに料理ができる」ととてもびっくりしました。

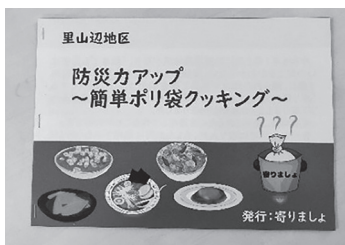
た。洗い物も少なく袋の中で混ぜるだけでとても簡単でした。」などの感想が寄せられています。日頃からレシピ集を参考にしたい各家庭で作ってみてください。

これからは公民館だけでなく、各町会や親子の集まりなどに調理実習を広げていく予定です。やってみたい方がいましたら個人でも団体でも構いません。ご連絡ください。併せて私たちと一緒にやっていただける方も募っています。

是非一度ポリ袋クッキングの体験学習をして災害時に備えていきませんか。



調理実習の様子



完成したレシピ集

問い合わせ

里山辺公民館内 地区生活支援員
電話：070-8684-8035



「悠久の星空」への招待

悠久の 星を間近に
プラネタリウム

旧里山辺小学校の跡地にモダンな『教育文化センター』がオープンしたのは、昭和五十八年四月のことでした。その中に、すばらしい夜空を間近に望むことができるプラネタリウムが設置されたことは、地区住民にとってこの上ない大きな喜びでした。しかし、「その割には住民には利用されていないなあ」というのが、私の印象です。「いつでも行けるから」という思いがあるからでしょうか。でも、ちよつと疲れを感じたとき、お子さん（お孫さん）連れで訪れてみてはどうでしょうか。きっと「新しい何か」を貴方にもたらししてくれることでしょう。

「里山辺かるた」

よもやま話

④④

「たまには「悠久の星空」に
思いを馳せてみよう」

松本市地域文化財連絡協議会

副会長 小岩井 俊忠

「主任児童委員」 「こんにちは赤ちゃん 事業」の活動について

主任児童委員 模 清子

里山辺地区に二人いる主任児童委員は、各町会の民生委員・児童委員(以下、民生・児童委員)の皆さんと協力して児童福祉に関する支援を専門に活動しています。

「こんにちは赤ちゃん事業」もその一つで、民生・児童委員に同行して松本市からのプレゼント(木のスプーン)を持って赤ちゃんがいるお宅を訪問し、赤ちゃんとお母さんの健康状態を確認しています。

先日、四世代のご家庭と出会いました。ひいおばあちゃんがお母さんと一緒に迎えてくれて、今まで訪問していて初めてのことにとても感動しました。また、赤ちゃんの明るい笑顔に癒されました。こんなにかわいい赤ちゃんを、地域ぐるみで育てていけたらと思います。

その他に児童センターの活動(しめ縄づくり、クリスマス会、まゆ玉づくり、やきいも会、やしようまづくり)に参加協力しています。



児童センターでまゆ玉づくり



赤ちゃん訪問の様子

松本市の民生委員・児童委員協議会の活動、研修、視察研修等の参加、子ども会育成会への参加協力もしています。
私たち主任児童委員は、皆さんの仲間としてできる限り全力でお手伝いいたします。

ふれあい会食会への プレゼントを通して

山辺放課後児童クラブ館長

伊藤 祐子

山辺放課後児童クラブは山辺小学校内にあり、毎日百二十人位の子どもたちが放課後を過ごしています。

昨年の十一月、児童クラブの子どもたちが手作りのカードをふれあい会食会にいらっしゃる方々にプレゼントすることになりました。有志の子どもたちがデザインを考え、二週間かけて百四十枚のカードを作りました。「元気で長生きしてください」等、子どもたちが考えたメッセージと、もみじやイチヨウなどのかわいい型抜きが散りばめられたカードを、会食会のお弁当に一枚ずつ添えていただきました。

当日は、私が会食会に参加させていただき、子どもたちがカードを作った時の様子などをお話させていただきました。会場の方は目を細めてカードを読み、とても喜んでくださいました。後日、そんな地域の方の反応を子どもたちに伝えると、子どもたちもうれしそうでした。手作りのカードを通して子どもたち

と地域の方が心の交流をするこ
とができたと感じました。これ
からも地域の方とのつながりを
大切にし、交流できる場を作っ
ていきたいと思っています。



メッセージカード喜んでもらえました!

編集後記

最近の地震や台風などの自然災害を受け、互いに支え合える温かい社会を築くことの大切さを、改めて感じます。

また、今年で二十一世紀も四分の一の節目を迎えました。令和七年は、昭和で数えるところとうど百年でもあり、感慨深いものがあります。この先の未来が、より良い社会でありますように。