



私は2人目を出産した後に聴力を失った中途失聴者です。
話すことは普通にできるので、活動の際はスマホの文字変換アプリを使って会話しています。
アプリは便利ですが、誤字が表示される時は、話を繰り返し聞くこともあり、その点は利用会員さんにご理解いただきながら活動しています。

だんだんと部屋が明るくきれいになることで、利用会員さんの意識も変わって、自身でも片付けしようと思えるようになったり、また、私自身も集中して黙々と活動することで、終わった後は清々しい気持ちになったりします。これからも長く活動できるように頑張っていきたいです。

サロニックアップ



●舞鶴サロン

『40周年プチ企画!! 講演会&交換会』

10月25日(土)城南会館

和風建築の会館で第1部は京都府多文化共生チームのメンバーである中村禮子さんをお招きしてお話を伺いました。

シニア海外協力隊の一員としてモロッコやセネガルで活動された体験談や、その国の歴史、食文化などからみた、日本の暮らしや食文化についてお話いただきました。改めて私たちが暮らしている舞鶴、日本の良さを知ることができました。

第2部は毎年恒例の物々交換会。参加者がそれぞれ品物を持ち寄って欲しいものをゲットする楽しい会です。今回は学生やご夫婦など多彩な顔ぶれで沢山の方が参加してくださいました。

今後も皆さんが楽しく交流できる場、学びあえる場づくりを行っていきます!

参加者の感想

- ☆相手の文化を理解する、助け合いの活動においても相手の価値観や生活習慣を理解し、自分と比べないことは大切!
- ☆ボランティア活動や人生を前向きに生きていこうと思えるひとときとなりました。



●乙訓サロン

『厳しい暑さにたえてきた体にごほうびを!!』

10月20日(月)長岡京市のCucina italiana gioio (クッチーナ イタリアーナ ジョジョ)で、お食事会をしました。コロナ禍から食事をともにすることを自粛していましたが、「食事会なら任せて」という、サロン係の力強い言葉に企画することができました。

店内は広々とした落ち着いた雰囲気、イタリアの郷土料理がとても美味しく、量ともに満足できました。参加者集めに苦戦し、少人数でしたが全員で話題を共有できて、いっぱい笑い楽しく盛り上がりしました。



美味しいお料理とお喋りでおなかも心も大満足♡



サロンあちこち

左京	10/28(火)	断捨離交換会
上京	12/2(火)	京都御苑散策&ランチ
北	2026年2/20(金)	詐欺被害から守ろう
中京	11/10(月)	介護保険学習会
下京・東山	11/17(月)	国際会議場で食事会
西京・南	12月中頃	クリスマスカード
右京	2026年2月頃	食事会の予定
亀岡	12/8(月)	干支の色紙づくり
宇治	12/6(土)	ポチ袋づくり
八幡	12/4(木)	手作りの昼食&会員交流会
城久井	12/4(木)	折り紙の小物入れづくり

配食 よもやまばなし

「大根なます」

これから大根が美味しくなる季節ですね!
丹後地方で作られている「大根なます」を紹介します。

〈材料〉 3~4人

- ①大根: 200g 弱 (皮を剥いて5cmくらいの長さで薄く切る)
- 人参: 少々 青菜 (きゅうりでも): 少々
- ②豆腐 (生協の充填または木綿豆腐) 1/4 切
- ③すりごま: 10g 砂糖: 25~30g
- 味噌: 10g 酢: 20cc

- ①に塩をふり混ぜる。後、水にさらしてしっかり絞る。(かたい場合はさっと茹でる)
- ②の水気をしっかり切る。
- ③すりごまをすり鉢に入れる。(鉢が無い場合は、ボールを使う)
- ④すり鉢へ豆腐を入れ擦る。(ボールの時は豆腐を潰しながら入れる)
- ⑤③の残りの調味料を入れてよく混ぜる。
- ⑥①を入れて混ぜる。



告知

男性会員へのアンケートを行いました!

来年には男性会員の交流会を予定しています。
是非ご参加ください!



♡編集後記♡

近年、ますます超高齢社会になり、孤立と孤独を感じるが増えてきました。この『せいきょうくらしの助け合いニュース』を皆様にお届けして、まだまだ温かい”絆”を実感いただければ幸いです!(中本)