



みんなのて通信 vol.36



(多世代交流ひろば みんなのて) — R6・1発行 —

E-Mail somebodyshands@gmail.com (みんなのて 事務局)

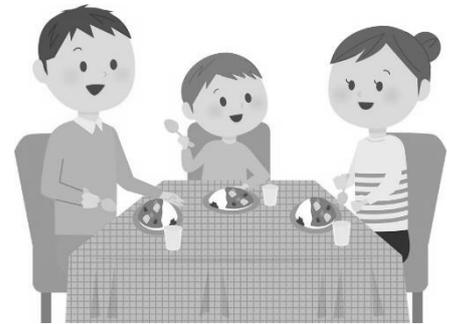
HP <https://www.minnanote-tsurumaki.com/> (みんなのて)

【 この一皿に、「思い」も載せて 】

コロナ禍を乗り越え、みんなの食堂☆つるまきは10月で発足4年目入りしました。子供も大人も孤食を無くそう、そんな思いでこども食堂ではなく、みんなの食堂、発起人の関修司さんの思いが名前に宿っています。

今年に入って開催を日曜日に変更した結果、ご家族揃っての参加が増えました。みんなの食堂が、ご家族での楽しい思い出の一つになれたなら最高です。

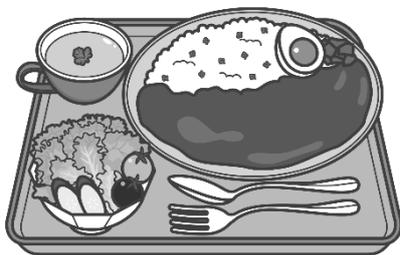
変化はそれだけではなく、当初から発酵食材を取り入れたカレーライスを提供でしたが、スープ、サラダ、デザートなどもお付けして、出来るだけ添加物の少ない調味料を使い、より栄養面、健康面を考えたメニューにしたことです。



さらにカフェ風にワンプレートに盛り付けたり、季節感や季節の行事も取り入れてお味はもちろん見た目も大切にするようにしました。

畑をやっているスタッフや地元の方からの新鮮野菜も登場します。

お食事前の短い時間、食に関心を持っていただけるよう、食育ミニ講座も始めました。(その日の食材についてのクイズなど、お子様にも楽しんでいただけるようになっています。)



現在の課題は集客で、目標の8家族さまには毎回ちょっと足りないのが現状です。とはいえ美味しいお料理ならいつか口コミで広がる。1回1回を大切に心を込めて作り、長く継続していくことを目標にしています。

カレーは様々なバリエーションが可能なので、これからも栄養満点な楽しいメニューを考えてご提供したいと思っています。

たくさんのお客様にご応募いただけたら嬉しいです。

(みんなの食堂☆つるまき 島貫育子)



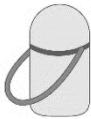
鶴巻公民館まつりに参加します

2月17日(土)と18日(日)、今年も鶴巻公民館まつりが開催されることになりました。

みんなのてからは、17日の土曜日のみの参加ではありますが、ちっちゃなてが入園・入学の準備にお役立ちのものを中心とした手作り雑貨の販売、おっきなてがペットボトルドリンクの販売をしています。

どちらも公民館の1階の和室前とエレベーター前にそれぞれのブースが隣り合い、お馴染みのいつものサロンスタッフが賑やかに動き回っておりますので、遊びに来られた際にはぜひお声掛けください。

ちっちゃなてでは、幼児から小学生のお子様向けに、お楽しみのくじびきも用意してあります。



引き続き水分補給をお願いします

熱中症が心配された夏は過ぎて、季節は冬となりましたが、冬は冬で常時乾燥注意報が発令中!!

ただでさえ外気は乾燥状態なのに、室内はコロナ対策で常時換気のため窓を開けている状態です。そんな中、暖を取るためのエアコンのフル稼働により、室内の湿度の状況はとても過酷な状態になってしまい、加湿器をフル稼働でも乾燥状態が抜けきれない状態となっています。

利用者さんご自身の健康のためにも、「15分に一度の水分補給」の心がけは引き続き継続してくださるよう、お願いいたします。



ボランティアスタッフを大募集中です

おっきなてと、ちっちゃなてでは、私達と一緒にイベントの事前準備をしたり、サロンの中で働いてくれるボランティアスタッフさんを募集しております。

みんなの食堂☆つるまきでは、調理や食品配布のお手伝いなどで一緒に動いてくださるボランティアさんを募集しています。

興味ある方はスタッフにお声がけくださるか、0463(45)0534までお電話でお問い合わせください。



ご支援・ご協力をお願いいたします

「みんなのて」では、各種金券（商品券やプリペイドカードなど）や物品だけではなく、現金による寄付もお受けすることができます。

「ちっちゃなて」「おっきなて」の両サロンの運営をはじめとする私たちの活動に賛同してくださる方々からの、熱い応援をお待ちいたしております。



ちっちゃなて



E-Mail little-hands@outlook.jp (ちっちゃなて 事務局)

HP [https:// www.minnanote-tsurumaki.com/chicchanate](https://www.minnanote-tsurumaki.com/chicchanate) (ちっちゃなて)

毎年この時期は、今年度のサロンご利用者様を対象に実施させていただいたアンケートの結果から、その中の一部を紹介させていただいています。

アンケートの自由回答欄からは、実に多くの方々からのちっちゃなてに対する熱い思いが文字や絵文字等によって伝わってまいりました。

やはり肉筆というのは、言葉には表現できないエネルギーのようなものも伝わってくるものですね。

スタッフもたいへん励みとなります。

今年度もご協力ありがとうございました。

参加した中で特に楽しかったことはなんですか？

- 月齢の近いお子さんのママと交流が持てた。
- 古着市。価格も安く、たくさん服が売っているので非常に助かりました。絵本などもあり、見ていて楽しかったです。
- お話し会やバザー、夏祭りなど、とっても楽しいです!!
- 工作、お話し会。



ミニミニ講座は子育てに役立っていますか？

- 以前参加したハーブの講座がとてもしラックスできて楽しかったです。
- 地域支援についての講座に参加したとき、家から近い場所でのコミュニティなどの情報をいただけてとても良かったです。
- 知らない情報が知れたり、再度確認できる機会になる。

ミニミニ講座でやってみたいことや聞きたいことはありますか？

- 子どもと一緒に参加できる簡単な遊び講座など。
- リトミック。
- 卒乳について。



ちっちゃなてでは、ご回答いただいたアンケートをもとに、次年度の活動計画をたてさせていただいています。サロンに遊びに来られる皆さまにおかれましては、お手数にはなりますが、ご協力のほど、今後ともよろしく願いいたします。

ちっちゃなて スケジュール

【2月】

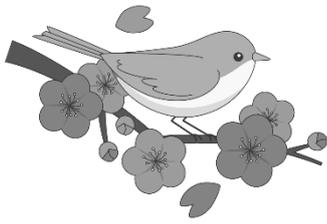
月	火	水	木	金	土	日
			1	2 ◎	3	4
5 (今日のお話 なあに?) ◎	6	7 ◎	8	9 ◎	10	11
12	13	14 ◎	15	16 ◎	17	18
19 ◎	20	21 ◎	22	23	24	25
26 (ミニミニ講座) ◎	27	28 ◎	29			

【3月】

月	火	水	木	金	土	日
				1 ◎	2	3
4 (今日のお話 なあに?) ◎	5	6 ◎	7	8 ◎	9	10
11 ◎	12	13 ◎	14	15 ◎	16	17
18 ◎	19	20	21	22 (ミニミニ講座) ◎	23	24
25 ◎	26	27 ◎	28	29 ◎	30	31

【ミニミニ講座のご案内】

- 2月 栄養士さんに教わろう
- 3月 ボクササイズ



ありがとう
ございます

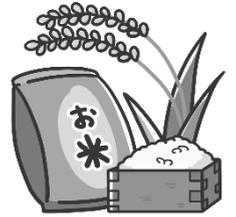
ご協力いただいた方々のご紹介です。

- 11月・・・ 秦野市在住のKさん
フードバンクTAMA
／ 報徳食品支援センター

米 30kg
配布用食品

- 12月・・・ 秦野市在住のSさん
秦野市在住のTさん
秦野市在住のKさん
フードバンクTAMA
／ 報徳食品支援センター

米 25kg
米 30kg
餅 5袋
配布用食品



予約申し込み先

<https://www.secure-cloud.jp/sf/1678949006JwCowkls>



お問合せ先



HP <https://www.minnanote-tsurumaki.com/syokudou>
E-Mail everyones.ldk@gmail.com
TEL 0463(45)0534

活動予定

※ 新型コロナウイルス感染症の蔓延状況によっては、突然の活動中止もありえますので、ご承知おきください。

【2月】

	食品配布	食堂
食品提供品収集日	なし	
実施日	2/14(水)	2/18(日)
申込受付期間	2/5(月)～2/9(金)	2/12(月)～2/16(金)

【3月】

	食品配布	食堂
食品提供品収集日	3/11(月)・午前 (ほっとワークつるまき)	
実施日	3/13(水)	3/17(日)
申込受付期間	3/4(月)～3/8(金)	3/11(月)～3/15(金)

おっきなて メインプログラムご案内

ご参加の際には、所定のご利用料がかかります。

※ サロンの休止が決まった場合、ご予約の方には個別連絡いたします。

プログラムは予約優先の定員制となります。
ご予約のお申し込みは、サロンまたはおっきなて事務局まで、電話またはFAX(45-0534)にてご連絡ください。

【2月】

日時		火曜日
6	10時／11時	ストップ! 悪質商法
13	10時／11時	関節疾患について
20	10時	今さら聞けない「薬の飲み方」
27	10時／11時	みんなで身体を動かそう!

日時		木曜日
1	10時／13時	「歌」で遊ぼう
8	10時	手毬
15	10時／13時	シニア健康体操
22	10時／13時	バーチャル工場見学
29	10時／13時	大人のドリル

【3月】

日時		火曜日
5	10時	新作落語を楽しもう
12	10時	簡単便利!! ポリ袋クッキング
19	10時	みんなで楽しむレクレーション
26	10時／11時	みんなで身体を動かそう!

日時		木曜日
7	10時／13時	シニア健康体操
14	10時	本当にあった大奥の話
21	10時	ダンボール編機を楽しもう
28	10時／13時	大人のドリル

● パブリックドメイン(著作権切れ)映画を見よう

14	13時	片岡千恵蔵の「七つの顔」
----	-----	--------------

※ 日時のところで、開始時間が2つ表記されているものは、どちらも同じ内容のプログラムとなります。

ご参加の際は、どちらか一つを選んでお申し込みください。

※ 映画上映会の日、午前中から続けてご利用いただく方は、サロン内で昼食をおとりいただけます。



みんなのてイベントのご案内

鶴巻公民館まつり
2月17日(土)



◆ 編集後記 ◆

先日、ご近所の方から聞かれました。

「あなたたちは市の職員じゃないの？」

別の日に、お仕事上の協力関係にある方から、話ついでに聞かれました。

「市からお給料をもらってるんでしょ？」

そして、これまた別の日に、ある利用者さんからも聞かれました。

「ココに住んでるのではないんですか!？」

みんなのてが立ち上がって6年。

最初からお付き合いのある方たちはご存知だとは思いますが、最近知り合えた方たちはまだよくご存知でないのかもしれないですね。

私たちスタッフは全員がボランティアであり、市の職員ではありません。

もちろんサロンのある「みんなのて」の建物には、誰一人居住しているわけではなく、全員が毎日自宅から通っております。

なので、サロンの開催時間以外は、基本的にはスタッフは事務所にも残っておらず、休日や時間外においてのスタッフ対応は難しい、ということにも、なにとぞご理解くださいませ。

さて、話は変わって、令和6年も明けました。

今年は正月早々に激甚災害があり、この短い二週間の間にも、続々と有名人の訃報が伝えられ、なんとも気鬱なスタートとなりました。

ですが、サロンの現場に入ると、そこはいつもの調子で平常運転。

子ども達は賑やかに走り回り、赤ちゃんたちはニコニコの笑顔を見せてくれて、高齢者さんたちも楽しそうに会話が弾んでいます。

ホッとする瞬間。

気持ちの切り替えができることに、感謝です。

(文責:渡部)



私は今、2歳と0歳の男の子兄弟を連れて、ちっちゃなてに通っています。

8ヶ月ほど前に生まれた次男も一緒に連れての自宅からサロンへの通い道は、いつも一台のベビーカーと一緒にです。が、こちらの乗客は、赤ちゃんだったり幼児だったり、まさに日替わり状態で。それはなぜかという、その日の長男の気分次第といったところでしょうか。

気分の良いときは自分で歩きたがりますが、残念ながら素直に歩いてくれることは少なく、あっちふらふら、こっちふらふらが通常状態。まだ2歳では言葉でのコントロールも難しく、親の対応も後手後手にまわってしまうこともしばしばです。

通り道にある、私自身がまったく入るつもりがなかった個人商店に勝手にグイグイ入って行かれたりして、正直行って自分が青ざめたこともありました。

というのも、実は私自身が、子どものころから人とコミュニケーションをとることがあまり得意ではなく、知らない人とお話することにも緊張するたちで、心の準備もないままに見ず知らずの人と会話をする(しかも、謝罪!!)なんていうのは、とてもハードルが高いことだったのです。

私ひとりだけなら決してありえないシチュエーションに置かれて、正直、子どもに対して恨み言のひとつも言いたくなりましたが、このときはどうにかこの試練を乗り越え、今に至っています。

ところが、この事件はこのときのことだけでは終わらず。

あの日以来、たびたびその個人商店に襲撃ともいえるような寄り道をする息子と、その行為に慣れてくれたお店の方と、そのたびに立ち寄って謝罪・・・ではなく今では世間話をする仲になってしまった私との間で、不思議なコミュニティが生まれてくれました。

自分ひとりでは決して開こうとしなかった扉を、息子が強引に開いてくれたおかげで、私の世界もまた扉がひとつ開いた気がします。



親になるということは、良くも悪くも今までの自分と変わることを余儀なくされますが、それが自分にとっても人としての成長につながっていったらいいなと思います。

「子育ては自分育て」とも言われるそうですが、すっかり息子に育てられてしまっている自分を実感している、今日この頃です。



多世代交流ひろば「みんなのて」は、鶴巻地区住んでよかったまちづくり協議会(宮川邦生会長)の居場所づくりプロジェクト事業のひとつです。