

こだま

特定医療法人 生仁会
地域活動支援センターやまびこ
高山市国府町村山251-2
(0577)72-5023
令和4年4月発行 No. 148

春を感じられるようになってきた今日この頃ですが、みなさんいかがお過ごしでしょうか？
令和4年度、第1号の「こだま」をお届けします。日中は春の暖かさを感じますが、朝晩はまだ冷え込むので、体調を崩さないように気をつけましょう。

高山の春といえば、ユネスコ無形文化遺産にも登録された、春の高山祭がありますね。屋台の曳き揃えや御巡行などが3年ぶりに行われる予定ですが、緊急事態宣言など、国から規制措置が発令されている場合は、神事のみとなります。今年は、高山祭の伝統が途絶える危機感から例年通りの開催に踏み切ったようで、新型コロナウイルス感染症の心配はありますが、高山の伝統を守っていけるといいですね。

お知らせ



〇行事について

4月の行事は、飛騨地区で新型コロナウイルス感染症の感染者数が多いため、**中止することに決定**しました。5月の行事については、新型コロナウイルス感染症の流行状況を見て検討したいと思います。詳細が決まり次第、ご連絡しますので、よろしくお願いします。

〇その他

やまびこでこんな活動をしたい！やまびこでこんなことできないの？などやまびこの活動に関し、なにかご意見やご要望などあれば、参考にさせていただきますので、やまびこまでご連絡ください。

ボランティアについて

地域活動支援センターやまびこでは、地域で生活している障がい者の皆様が、地域で自分らしく生活していくためのさまざまな支援を行っています。

その一環として行われている行事やクラブ活動で、一緒に楽しみながら、話し相手や見守りなどをしてくださるボランティアさんを毎年募集していますが、今年も新型コロナウイルス感染症が流行しており、まだ受け入れが難しい状況です。新型コロナウイルス感染症の流行が落ち着き、受け入れが出来るようになりましたら、こちらから連絡させていただきますので、ボランティアに興味のある方は、支援センターやまびこまでご連絡ください。



R4年度の登録についてのお知らせ

メンバー登録（更新）について

昨年度に引き続き、現在登録されているメンバーさんに関しては、自動更新とさせていただきます。

しかし、こだまやクラブ案内の郵送について、2年間、クラブや行事等の利用がなかった方には、5月の案内より郵送を止めさせていただきます。参加していなくても、案内がほしい方には、いつでも郵送しますので、やまびこまで連絡下さい（72-5023）。案内を郵送していない方も、引き続き登録者です。

2年間、クラブや行事等に参加された方は、今まで通り案内を郵送いたします。新規の方につきましては、今まで通りの登録手続きが必要です。登録料につきましては、引き続き無料となります。

調理クラブ メニュー

今日は何を作ろうか…と毎日の献立に、頭を悩ませている方が多くいらっしゃるのではないのでしょうか。過去に作った調理クラブのメニューの中から、美味しくて簡単なメニューを紹介したいと思います。献立に悩んだら、ぜひ、作ってみて下さい。

スタ丼(スタミナ丼) 3人分



<材 料>

- 豚しゃぶしゃぶ用
バラ肉 … 200g
- 玉ねぎ … 1/2 個
- きざみねぎ … 適量
- 温玉 … 3個

<調 味 料>

- しょうゆ … 大さじ1
- 料理酒 … 大さじ1
- 砂糖 … 大さじ1
- 味噌 … 大さじ1
- 塩 … 少々
- にんにく(チューブ) … 小さじ1/2

<作 り 方>

- ①玉ねぎを5mmくらいに切る。豚バラ肉は、食べやすい大きさに切る。
- ②ボウルに調味料を加えて混ぜる。
- ③フライパンを熱し、玉ねぎを炒める。しんなりしたら、②の調味料を加え、水100ccを入れて、煮からめる。
- ④鍋に湯を沸かし、火を止め、湯の2割程の水をいれたら、1枚ずつ豚肉をいれて、15分くらいそのままの状態でおいておく。その後、ザルにあげておく。
- ⑤③に④の肉を入れ、炒め合わせる。どんぶりにご飯を盛り、具材を乗せたら、お好みで刻みネギや温玉をトッピングして完成。