



陽だまり通信



発行：大船渡市社会福祉協議会陽だまりサポーター

NO. 48

東日本大震災から9年が経ちました。
新しい道路や建物が出来上がり、確実に復興も進んでいます。
陽だまりも新体制でのスタートとなりました。
今年度も一年間、住民の皆様に寄り添い、訪問していきたいと思ひます。



陽だまり新体制の紹介



日頃市・猪川・立根・盛 チーム

ちよっぴり平均年齢の若いチームです。笑顔
を忘れず、地域の皆様に寄り添っていき
よう一年間このメンバーで頑張っていきたい
と思っています。よろしくお祈ひします。



石川 三浦 佐々木(真)
川内 金野 船本



佐々木(淳) 永澤 千葉(恭)
千葉(亜) 坂本 小山



赤崎・三陸 チーム

初めての地域、そして皆様を早く覚えていき
たいと思ひます！新たなチームメンバーでこの一
年間、精一杯がんばりますのでよろしくお祈ひ
します!!



千葉(貴) 岡澤 水野
今野 佐藤



大船渡・末崎 チーム

ほぼ同じ世代が揃いました。元気と安心を届け
にうかがいます。
一年間よろしくお祈ひします。





キッチンペーパーでマスク作り

《材料》

- ・キッチンペーパー
- ・セロハンテープ・マスキングテープ
- ・ラッピングタイ(針金)
- ・マスク用ゴム(ヘアゴム・包帯・ストッキング等を代用)

材料→



↑ラッピングタイ

《作り方》

- ① キッチンペーパーを2枚重ねて、上と下1cmくらいの幅でそれぞれ2回折りテープで止める。
- ② プリーツを作る。(1cmくらい立ち上げてからやると折りやすい)
- ③ 耳に掛けるゴムの部分は内側に1cmくらい折込み、ペーパーの脇にゴムを挟みテープで止める。
- ④ 鼻の頭部分にくるところにラッピングタイ(針金)を入れるとノーズワイヤーになる。※使い終わったマスクのゴムやワイヤーを使ってもOK!
- ⑤ 反対側も止めて出来上がり!

①



②



③



④



⑤



とっても簡単!!

炊飯器でお赤飯



《材料》

- | | |
|------|----------|
| ・もち米 | 3合 |
| ・小豆 | 1/3カップ |
| ・砂糖 | 大さじ1~1.5 |
| ・塩 | 小さじ1 |
| ・ゴマ塩 | 適量 |



《作り方》

- ① もち米は研いで3~4時間水につけ水を切る。
- ② 小豆は洗って鍋に入れ水400ccを加えて中火にかける。煮立ってきたら、時々かき混ぜながら20分~35分茹でる。水が少なくなったら差し水をしながら茹で、8分通りの柔らかさにする。ゆで汁で赤飯の色を出すので多すぎて捨ててしまうことのないように水は加減して入れる。
- ③ もち米を釜にあけ、ザルの上に小豆をあけてゆで汁だけ入れる。
- ④ 炊飯器のおこわ用の3の線までゆで汁と水を足し、砂糖と塩を加えて混ぜる。小豆のをせておこわ炊きコース(なければ、普通コースの白米3合の線より、4mmぐらい下の水加減)で炊く。

生活福祉資金貸付(緊急小口資金) 特例貸付のご案内

新型コロナウイルス感染症の影響による休業や失業により、収入が減少した世帯に対し、生活費の貸付を行っています。貸付額は原則として、一世帯につき一回限り10万円以内です。詳しいことは大船渡市社会福祉協議会にお問い合わせください。

※貸付金であり、償還(返済)していただく必要があります。

【受付窓口】

大船渡市社会福祉協議会

〒022-0006

大船渡市立根町字下欠 125-12

☎0192-27-0001

午前8時30分~午後5時15分(土日祝除く)

※来所の際は事前にご予約をお願いします。

大船渡市社会福祉協議会

生活支援相談員(陽だまりサポーター)

☎ 0192-47-3233 (Fax 47-3234)

Email アドレス

ooshakyohidamari@pony.ocn.ne.jp