



# みのり



特定非営利活動法人 支え合う会 みのり  
理事長 吉川 ひとみ  
〒206-0802 東京都稲城市東長沼 1270-4

TEL 042-378-8757 (月～金 10時～18時) FAX 042-379-1234  
✉ <http://blog.canpan.info/sasaeukai/>  
✉ minori1973@energy.ocn.ne.jp

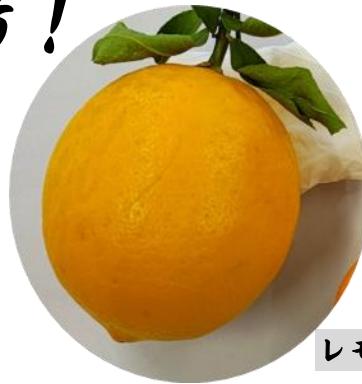


## どんど焼き (お焚き上げ)

お焚き上げとは、正月飾りや書き初めなどを焚き上げ、この火で餅を焼いて食べると無病息災の年を迎えると言われています。



## 旬な柑橘で風邪予防！



～自宅まであたたかい家庭の味をお届けします～

**稲城市全域食事支援 配食サービス** 1食 700円（味噌汁付）

季節の野菜や旬の食材を生かし、栄養バランスのとれた手作りの夕食を作っています。

月1回からご利用できます。

詳しくは、☎042-378-8757 ☎042-379-1234

# 今年もおせちのご利用ありがとうございました！



今回は、諸般の事情で昨年より値上げさせていただいたにもかかわらず  
180食を超える注文をいただき、14名の調理スタッフと会員有志で、心を込めて  
3日前から作り上げました。お味は如何でしたでしょうか？  
少しでも新年の食卓を華やかにできましたなら嬉しく思います。



祝海老 黒豆 紅白かまぼこ 伊達巻  
数の子 紅白なます 田作り お煮しめ  
栗きんとん ぶりの焼き物 昆布巻き のし鶏

食材の高騰で各品々を作るのに頭を悩ませました

特に数の子は、業者の手違いがあり  
例年よりも小さいサイズになってしまい申し訳ありませんでした

新鮮で美味しい魚を手に入れる為  
遠方にも仕入れに行きました



伊達巻を巻いて3年、年々上手く  
できるようになり、喜んでいただける  
と思います

出来立てをお届けしたいと我が家用事、  
おせちは後回しにして仕上げました

なるべく市販品を使わずに手作り  
にこだわりました

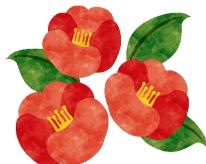


Aコース：芳中さん、Bコース：宮島さん、  
向陽台コース：岡田さん、平尾コース：石井さんと酒井さん&野口さん  
の配達で、お昼過ぎには無事お届けできました。





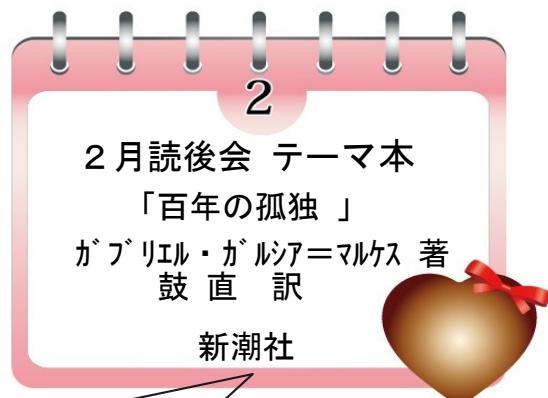
みのり



2月の予定



日	月	火	水	木	金	土
☆状況によっては予定が変更されます！☆						
(2) カフェ いしだ さんち  加藤さん のお話	3 ◆会食会 福祉センター 押立自治会館  ◇ニット&布ぞうり 若葉台iプラザ 9:30~14:40	4	5 会食会ボランティア 全体ミーティング 第四文化センター  10:00~	6	7 ◆会食会 城山文化センター  10:00~	(1) ◇麻雀 たまりば 13:00~
(9) ◇ラミー たまりば 中央文化 センター 10:30~	10 ◇織り姫たまりば	11 ◇投句句会 兼題：残雪  建国記念日	12 ◇ニットカフェ	13 ◆会食会 第三文化センター	14 たまりばミニパーティー 若葉台iプラザ 10:00~  ◇読後会たまりば 若葉台iプラザ 13:00~	(8) カフェ いしだ さんち
(16)	17 ◇読み合わせ (会報みのり)	18 ◆会食会 若葉台iプラザ ルブン	19 ◆会食会 第二文化センター	20 ◆会食会 城山文化センター	21 ◇布ぞうりたまりば 若葉台iプラザ 9:30	(22)
(23)	(24) 振替休日  天皇誕生日	25 ★リーダー ミーティング	26 ◆会食会 第三文化センター	27 ◇麻雀たまりば	28 ◆会食会 クッキングクラブ 梨穂  ◇製本たまりば (会報みのり)	



蟹気楼の村を開墾しながら孤独に生きる一族。目も眩むその宿命を描いた百年の物語。  
世界的ベストセラーとなった20世紀文学屈指の傑作。

活動報告
12月 6日(金) 東京食事サービス連絡会ズーム会議参加
12月 7日(土) ホームページ委員会実施
12月12日(木) 理事会実施
12月18日(水) 稲城市年末一斉防犯パトロール参加
12月21日(土) ホームページ委員会実施 事務ミーティング実施



たまりばミニパーティ開催  
お互いの活動を知り、今後の更なる発展の為の交流会を2月14日(金)10時から、若葉台iプラザで行います。各たまりばの参加者は、是非お集まりください。



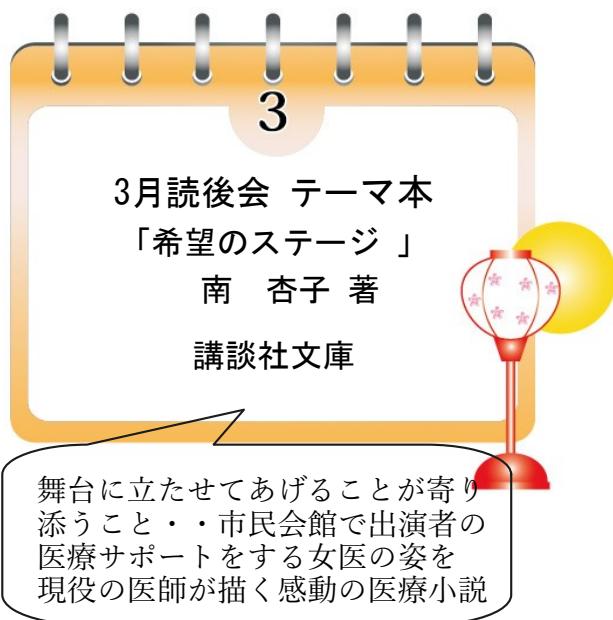
みのり



3月の予定



日	月	火	水	木	金	土
☆状況によっては予定が変更されます！☆						
(2) ② <sup>②</sup> カフェ いしだ さんち  ハンドベル	3 ◆会食会 福祉センター 押立自治会館 ◇ニット&布ぞうり 若葉台iP'ラザ 9:30~14:40	4	5	6	7 ◆会食会 城山文化センター	(1) ◇麻雀 たまりば 13:00~ ⑧
(9) ◇ラミー たまりば 中央文化 センター 10:30~	10 ◇織り姫たまりば	11 ◇句会たまりば 兼題：春暖炉	12 ◇ニットカフェ	13 ◆会食会 第三文化センター	14 ◇読後会たまりば 若葉台iP'ラザ 13:00~	(15) カフェ いしだ さんち
(16)	17 ◇読み合わせ (会報みのり)	18 ◆会食会 若葉台iP'ラザ イルブン	19 ◆会食会 第二文化センター	(20) 	21 ◆会食会 クリッキングクラブ 梨穂 ◇布ぞうりたまりば 若葉台iP'ラザ 9:30	(22)
(23)	24 ◇開けゴマたまりば 石田さん宅 13:00~16:00	25 ★リーダー ミーティング	26 ◆会食会 第三文化センター	27 ◆会食会 城山文化センター ◇麻雀たまりば	28 ◇製本たまりば (会報みのり)	(29)
(30) 交流会 	31 ～みのりアフタヌーンティー交流会～ 5年ぶりのみのり全会員の集いです。 ささやかですが、お茶をしながら ゲームなどで楽しみましょう！  会場：地域振興プラザ4階 時間：13:30~15:30 会費：500円					



～ 支え合う会 みのりをサポートしています ～

～新鮮な野菜と手作りお総菜～

◆ 日の出屋 ◆ 弁天通り中程

〒206-0812 稲城市矢野口1720

☎ 042-377-7625

合成樹脂販売

◆ 東和産業有限会社 ◆

〒142-0063 品川区荏原4-18-3

☎ 03-3784-0301



# みのりのスタッフ紹介



【調理担当】

さかもと はるみ  
坂元 晴美さん

「みのり」に入会して、まもなく3年を迎えようとしています。

みのりが以前から配食サービスを行っている事は知っていました。入会しようと思ったきっかけは、調理員募集の掲示を見たことでした。その頃は、保育士の仕事をしていましたが、退職したら是非調理の仕事をしてみたいと思っていました。

保育士時代、幼児食に関わる経験があったので少しは役立つ事もあると思っていましたが、仕事を始めた頃は、覚える事が多々あり、何とか慣れてきたといったところでしょうか。

最近は、私の調理したものが「おいしい!!」との声を聞くと嬉しくなります。又、頑張ろうという力になります。

一緒に活動するメンバーから吸収する事も多く笑顔で楽しく過ごしています。

食いしん坊で料理が好きです。そして旅行・読書・映画鑑賞などを楽しみながら、これからも活動を続けられるよう健康管理をしっかりといていきたいと思いますのでどうぞよろしくお願いします。



【配達担当】

さとう ひろあき  
佐藤 弘章さん

こんにちは。去年の2月より配達メンバーの平川さんの紹介で入会しました。

メンバーの岡田さんの指導のもと、毎週月曜日向陽台コースで配達をしています。

平川さんは、稲城市社協のハンディキャブで知り合い、平川さんは、定年で数年前に退職されていますが、私は現在も活動しています。

私が「みのり」の配達を始めたきっかけは、紹介もありましたが、定年（自分ももう今年で60歳）になって、朝起きた時にやる事が何もないというのはあまりにもさびしいと感じ、定年後も体を動かせるきっかけになればと思い始めました。

配達を始めて、いろいろな方から叱咤激励をいただくたびに、これも勉強と受けとめ、利用されている方々の口に入るものだから、早く安全にお届けすることをモットーに日々活動しています。

今は、配達するのに余裕がなく、利用されている方々とあまりお話しもできない状況ですが、少しづつでもお話しができればと思います。

自宅に92歳の義母（わがままでがんこ）に、毎日怒鳴られながら生活をしており、それに比べれば利用されている方々及びスタッフの方々は優しいので安心して活動出来ています。



# みのり句会 兼題『飾納(かざりおさめ)』

〔選と評〕 ホトトギス同人 福島 テツ子

## 初夢や孫が掲げる優勝旗 槇 卓

(評) お孫さんが優勝旗を高々と掲げて いる明るい初夢 きつと  
正夢になると信じたいです。

(あいうえお順)

◇氏神へ飾納のかげ二つ

◇飾納書もしのばせて天仰ぐ

◇共白髪飾納をして安堵

◇雪の道飾納し親子連れ

◇何ごとも初で始まるお正月

◇肌をさす朝の空気に春待ちぬ

◇正月や家族揃つて宮参り

◇地の力花に集めて寒牡丹

◇八十歳いま飾納を終へ一步

◇炎へと飾納て幸願ふ

◇除夜の鐘音に重さのありにけり

三月 句会の兼題は「春暖炉(はるだんろ)」です。

一人三句ですが、兼題二句、他の季語で一句作ってください。

投句の方は、全句を書いた紙一枚、短冊に一句ずつ、百十円切手三枚(参加費)、返信用封筒(百十円切手と記名)を同封して月末「事務局」に届くようにお送りください。

(あいうえお順)

秋草 君枝

江刺 厚子

小野瀬 俊江

菅野 信子

瓦崎 八重子

後藤田 田鶴子

白木 弘子

田中 弘子

中村 くみ子

野口 貴美子

福島 テツ子



## 「支え合う会 みのり」の歩み

一九八三年 「稲城の老後を支える会」として発足

一九八四年 会食会サービスをスタート

一九八九年 「稲城の老後を支え合う会」と改称

二〇〇〇年四月 特定非営利活動法人 支え合う会 みのりと改称

二〇〇二年 稲城市委託事業

二〇〇三年 稲城市委託事業 高齢者食生活改善事業を開始

二〇一二年 居場所作り「カフエいしだんち」を開始 かがやき俱楽部みのりを開始

二〇一五年 総合事業に移行 二〇一六年 他機関との地域社会づくり連携事業開始

二〇一九年 東長沼に活動拠点を移転

### 「現在の活動」

◎配食サービス

(東長沼の拠点で週5回 月( )金)

◎会食会サービス・クリッキングクラブ梨穂

(公共施設等 9会場で開催)

◎ミニディサービス『たまりば』

◎稻城市委託事業(高齢者食生改善事業)

◎訪問サービス

(居場所作り「カフエいしだんち」)

◎介護予防・日常生活支援総合事業A

(かがやき俱楽部みのり)

◎他機関との連携事業

◎広報活動(会報・ブログ)など

この法人は、高齢者の福祉を自分の問題として考え、支え合いの精神で、在宅福祉活動を行い、支える者と支えられる者が対等な立場を保ち、住み慣れた地域に安心して、生き生きと住み続けられる地域社会づくりに寄与することを目的とします。

