配食サービスとは、月2回、一人暮らしの高齢者等のお宅に手作りの お弁当をお届けする、三島地区社会福祉協議会の見守り事業の一環です サービスの申込みは随時受け付けております。

配食サービスをご利用になりたい方は、

## 三島地区社会福祉協議会(TEL42-3760)

までお問い合わせください。

## みしま コミセン 調理ボランティア 三島地区

社協

これからも心をこめて作って

いです。

持ちで作ったのは久々で達成感がありま

人の為に喜んでもらえるようにという気

家族間だと適当になっていた私で

見た目など、



保、

弁当の数、

お料理の内容、

配達につい

しました。

お弁当を作るに当たって、

食材の確

もお役に立つならば……、

という気持ちで参加

いつまで続けられるか解り

皆さんのあの

を作ってお届けをするという内容を聞き、私でかけて頂き、三島地域の高齢者の方々にお弁当

「調理ボランティアをしませんか?」

すでに準備されてい

私は当日に来て作業さ



ボランティアの皆さんのご紹介

月2回の配食サービスでは、調理から配達まで地域の皆さんが活躍しています! ボランティアの皆さんの温かいご支援のおかげで、配食サービスは成り立っています。







吉崎·脇野町·三島新保

ゆかりご飯 炒り鶏

竹輪の磯辺揚げ

なす浸し

(2)班 (上岩井)

- のご飯
- 鯖のカレー揚げ
- 小松菜の煮浸し キャベツのレモン和え
- フルーツ













(三島上条・気比宮・宮沢・藤川)

- ご飯
- ゴーヤチャンプル
- コーン和え かぼちゃの甘煮

ミニトマト

(5)班 (食推)

- ●ご飯
- 鮭の味噌漬け焼き ブロッコリーのおかか和え
- じゃがいもと麩の煮物















担当 ①班 (鳥越・七日市)

きのこご飯 鶏肉の甘辛煮 小松菜のり酢和え ミニトマト

# に参加 配食サービスボランティア

中君代

も貢献できればと思っております。次回はもっと、おいしく作って、サム

地域に少しで

りが良いと、みんなの笑顔でホッと一息します

当作りは大変です。

時計を見ながら、

出来上が

の御飯から副食と、

)副食と、まだ始まったばかりのお弁家庭での食事と違って、約六十人分

生懸命。

て時間迄においしい弁当作りに汗をかきながら

ら十一時二十分迄、献立表を見て、

役割分担し

になりました。各月一回の出番には午前九時か班に分けられ、私達は第三班十一名のグループされ、地域全体からのボランティアの方々が五

会話で、 方々が、 の皆様にお届けして 笑顔に出会いたいものです。 ませんが、 時) 前には配達を完了するようになりました。 世帯主が一致せず、 配食ボランティアは、 私も若くなく、 心を込めて作られたお弁当を利用者 いまはなんとか一時間以内のまはなんとか一時間以内である。 ①方面(鳥越・七日市) 出来る限り頑張り、

います。

みなさんいっしょに参加しませんか?ぷり弁当を笑顔でお届けしたいと思い わかと幸せな気分になります。 の前とお変わりなさそうだな!」 て下さっている姿を感じたり、 これからも安心・安全に心がけ、 できたてのお弁当をお渡しする時にかわす 「ありがとう!」の言葉に 「あー今日もお元気そうだな!」「こ こちらもほん に心待ちにし 愛情たっ います

理中に和気あいあいと皆でおかずの置き方や作理中に和気あいあいと皆でおかすの置き方や作えたのは見事だなあと感心しました。また、調

しっかり守って作っているので時間内に作り終

手際が良くて、それでいて雑でもなく、

手順を

おかずだなと思いました。私より年上の方々は養バランスもよくて、我が家でも作ってみたい

煮もの、炒めもの、お浸し、

果物と色どりと栄

せて頂くだけの状態でした。おかずも揚げもの

り方を相談したのも楽しかったです。

味付けや

調理ボランティアの 小坂 美枝子



一緒に活動に参加してくださるボランティアを募集しています。お友だち同士の参加も大歓迎です。 研修会も予定しています。興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

問みしまコミセン または、三島地区社会福祉協議会事務局 ☎42-3760まで

③班 大滝 ヨシイ

ります。 本列島のあちらこちらで、災害が発生してお皆さん、お元気ですか。今年は春先から日の方面(上岩井・吉崎・脇野町) 小 林 茂 これも異常気象のせいか、

に参加させて頂いています。として一人暮らしの高齢者等への食事提供事業地域の茶の間「さくら会」からボランティア

今年の七月から月二回のお弁当作りが組分け

何かと暗 そ

配達のお手伝いをさせて頂いております。月私、昨年から始まりました『配食サービス』 に一回又は二回程度ではありますが、配達に いニュースが続く日本列島ですが、元気、 して笑顔が復興・復旧の一番の良薬です。

いてと思うのです。した時、あ~良かっ がとうございます。待っていました。」との声。スで~す!」と声を掛けると、中から「あり行き、玄関を開け、「こんちは、配食サービ 高で~す」。これらを聞いた時、笑顔を拝見 最初の頃は各家が解らず、 時には「お味は?」と聞くと「安価で最 あ~良かった、この仕事を手伝って 申込者と表札、

苦労もしま

(昼十