



あい ふれ♡しらすな

No.59

令和8年2月号

白砂まちづくりセンター発行
699-3222 浜田市三隅町折居 883
0855-32-1288
(Fax:0855-32-2517)
Mail:shirasuna-k@ph-hamada.jp



白砂地域福祉推進協議会 もちつき交流会



若いパワー!お世話になりました☆



ベテランから学生まで、力を込めて「ヨイショー!」



赤いハンカチ、見えますか!!?



す、すごい...
浮いてる...!!!?

12月21日(日)、白砂地域福祉推進協議会による年末恒例のもちつき交流会が開かれました。地域活動ボランティアとして、島根県立大学村山ゼミの学生4名、今年から募集した三隅中学校の生徒6名が参加し、46名でもちつきを行いました。

参加された地域の方々は皆さんベテランぞろいで、あっという間にきれいな餅がつけました♪餅を丸めるのも早く、途中で試食と休憩をはさみながらも、予定より早くパック詰めまで仕上がりしました☆もちつきの後は『ダンディ原田』のマジックショー! テンポよく進むマジックショーに皆さん釘付けでした!

今回ついた餅にみかんを添えて、福祉委員が年末のごあいさつとともに地域の独居の方にも配りました。皆さん、良い年末を迎えられたことでしょう(*^-^*)ご参加いただいたみなさん、ありがとうございました。

*当日、赤い羽根共同募金の募金箱を設置させていただいたところ、2,643円の募金が集まりました。社協三隅支所を通して寄付させていただきました。ご協力いただき、ありがとうございました。



白砂っこ倶楽部 クリスマス会

12月20日(土)白砂っこ倶楽部の親子がクリスマス会を行いました。今回は初！練り切りに挑戦しました(*^-^*)月窓庵の嘉戸悦子さんにお越しいただき、かわいらしいサンタの練り切りを作成。それぞれの個性が光るサンタさんが出来ました☆

今回のクリスマス会に向けて、保護者会長さんの手作り顔ハメパネルも設置されました！練り切り体験にちなんだ和風のトナカイさん達、クオリティの高さにびっくりしました！準備から当日まで、お忙しい中、ありがとうございました。



出張サロン まあきんさい家



1月13日(月)東平原上集落で2回目のサロンを開催しました！今回もアゼーリみずすみさんの「足腰ピン活プロジェクト」を活用させていただき、準備体操からスタート。片足立ちや握力測定、TUG(タッチ・アップ・ゴー)の測定を行い、今の自分の状態を確認しました。家でも出来る軽体操も教えていただきました。この機会に、ぜひ継続してみてください！次回は平原下です☆



完成！陶芸作品

昨年末に行った陶芸教室の作品が焼き上がりました！どれも個性あふれる作品に仕上がりに、とても素敵ですね☆

陶芸教室は来年度も継続していきたいと考えています。まだ参加したことがない方も、ぜひ一緒に楽しみましょう☆



みんなでつろーて きちゃん祭

2/28土

10:00～15:00(二部制)

白砂まちづくりセンター

県大生プレゼンツ!

10:00～11:30

あそび場

射的、ストラックアウト、
お菓子すくい
大人も子どもも遊べるよ!

スタッフがポン菓子
を作るよ!

11:30～12:00

大抽選会

今年は何が当たるかな?
ぜひ参加してね!

抽選券は別途配布のチラシ
をご覧ください

11:00～11:30

かるた大会

誰でも参加できるよ!
景品をかけて勝負しよう!

12:00～15:00 要申込!

しらすな交流会

白砂住民なら誰でも参加OK!
食事をしながらみんなでおしゃ
べりしませんか?

フリースドリンク・軽食あり
ビール・チューハイあり(有料)
飲食物の持込みOK!

◆飲食屋台やおいしいあんぱんの販売も予定しています!

◆しらすな交流会は事前の申込みが必要です。申込み期限:2月16日(月)

◆参加申込みは各集落長か行政連絡員までお願いします。

◆無料送迎バスあります。詳しくは別途配布のチラシをご覧ください。

問合せ先: 白砂まちづくりセンター 32-1288

主催: 白砂まちづくり委員会 活性化部会

2月 行事予定

ふれあいしらすな 2月号 (4)

日	曜日	予 定
1	日	AED 講習(平原下) 職員不在日
2	月	
3	火	
4	水	
5	木	お買いものタクシー
6	金	
7	土	職員不在日
8	日	衆議院議員選挙
9	月	まあきんさい家(平原下)
10	火	
11	水	建国記念の日 職員不在日
12	木	三隅小 5 年生 ミシンボランティア
13	金	職員不在日
14	土	職員不在日 ヨガ 
15	日	職員不在日
16	月	パーシモンズ B
17	火	
18	水	ラブック号 
19	木	三隅小 5 年生 ミシンボランティア
20	金	
21	土	職員不在日
22	日	職員不在日
23	月	天皇誕生日 職員不在日 
24	火	
25	水	水墨画教室 みすみ習字書初め移動展
26	木	
27	金	
28	土	みんなでつろーてきちゃん祭

職員の都合により、下記の日時を職員不在日とさせていただきます。鍵の貸し出しによる貸館は出来ますのでご利用ください。ご迷惑をおかけし、申し訳ございませんが、ご理解の程をよろしくお願いいたします。

令和 8 年 2 月 13 日(金)終日

あとがき この度社会教育士の資格取得のため、社会教育主事講習を受けることになりました。しばらく私は不在になりますが、2月下旬までみっちり勉強頑張ります(*´▽`*)!

次に皆さんとお会いできるのは「みんなでつろーてきちゃん祭」。初の試みとなる催しも計画・準備中ですので、皆さん是非ぜひお誘い合わせてセンターに遊びに来てくださいね(^_^)笑顔でお会いできることを楽しみに講習に励んで来ます!! (佐藤)

☆おしらせ☆



恩返しボランティア



今年度も景観保全のため JR 沿線と河川周辺の草刈り・清掃活動を行います。今年度で最後となる予定です。皆様のご協力をお願いします。

日 時: 3月8日(日) 8:30~11:00

【清掃場所】 吉浦海岸周辺の JR 沿線及び海岸線

【持ち物】 草刈り機 (ある人)、軍手、防寒具、タオル、雨具類、長靴または汚れても

いい靴 など

出張サロン まあきんさい家



2 月は東平原下集落で 2 回目のサロン!

日 時: 2 月 9 日 (月) 10:30~11:30

場 所: 東平原下集会所

アゼーリみずすみさんによる『足腰ピン活プロジェクト』を実施! 軽体操や簡単な体力測定を行ないます。動きやすい服装でご参加ください。室内靴をお持ちの方はご持参ください。

お買いものタクシー次回運行日

2 月 5 日 (木) 10:30 まちづくりセンター出発

(順次ご自宅へお迎えに行きます)

定 員: 8 人 行き先: トライアル浜田店

料 金: 片道 300 円 (敬老乗車券可)

利用希望者は白砂まちづくりセンターへお知らせください。

口腔ケア事業からのお知らせ

歯を守っておいしく食べよう! おすすめレシピ

今年度の口腔チェックの際に食改さんより紹介のあった、歯にいいおいしいレシピを紹介♪

★桜エビ・しらす・チーズのせジャガ★

(分量: ジャがいも 1 個分)

- ・ジャがいも… 1 個
- ・桜エビ… 小さじ 1
- ・ちりめんじゃこ… 小さじ 1
- ・粉チーズ… 大さじ 2

- ① ジャがいもは皮をむいて 1 cm の厚さに切る。
- ② 水に浸してあくを抜き、キッチンペーパーで水気を切る。
- ③ 皿に入れ、ラップをかけてジャがいもに串が通るくらいまで電子レンジで加熱する。
- ④ オープントースターにアルミ箔を敷き、ジャがいもを並べ、上に桜エビ・しらす・チーズの順にのせて焼く。