

むろらん

ボランティアだより

平成31年3月15日発行 第195号

2019

3月

【紹介】

男性の料理サークル ママジヤママ会

会員
募集中!



★ 雪かきレンジャー作文コンテスト
結果発表!!

★ ボランティア募集情報

発行・編集 室蘭市社会福祉協議会ボランティアセンター 室蘭市東町2-3-3 ハートセンタービル

電話 0143-83-5031

FAX 0143-47-0123

ホームページ・ブログ [室蘭社協](#) [検索](#)

ブログも見てね!
募集情報更新中!

本誌は、赤い羽根共同募金の
助成を受けて発行しています。



男性の料理サークル ママジャマ会



男性だけで集まり、料理を習い作るサークルです。これからの高齢化社会に向け、一人になっても食事に困らないよう、男性も厨房に入ろうと、20名の会員が料理スキルを磨き、地域社会に貢献できるサークルを目指しています。

ママジャマ会ができるまで

ミンクールで開催された「男性のためのライフスタイル講座」を修了した8名で、2007年11月に会を立ち上げました。

会員は「独り身になった時に役立てたい」「療養中の妻のため、レパートリーを増やしたい」など、さまざまなきっかけで入会しています。

妻が骨折した時は、2か月間台所に立ちました。習った料理が大いに役立ちました!



このような活動をしています

毎月1回集まり、3~4品の料理を習います。また、会員同士で和気あいあいと情報交換も行っています。心身ともに健康で、自立した生活を送るためには、おいしくバランスの取れた食生活は欠かせません。そのためにも、自分たち男性が料理を覚えて、台所に立つことはとても重要だと考えています。



北斗文化学園の金子講師が、指導とレシピ作成・食材調達を行っています。

ほかにも包丁研ぎ研修会や宿泊研修を開催しています。



今後は地域に貢献できるよう、一般の方に向けた研修会などを開きたいと考えています。

情報誌「ママジャマ会かわら版」を毎月発行し、第91号を迎えました。(平成31年2月現在)

平成31年2月10日発行 第91号
ママジャマ会かわら版
 第137回 料理教室 2月10日(日)
 立派伊勢 伊勢トシ子
 本会の特別編(時間厳守)
 9:00~11:30 伊勢、渡野特選
 11:30~12:00 伊勢、渡野特選、講師
行事予定
 ●平成31年3月の例会(決別)
 3月29日(日) 9時~12時
 会場は13区
 ●平成31年4月の例会(決別)
 4月14日(日) 13時~16時
 会場は13区
 ●平成31年5月の例会(決別)
 5月10日(日) 9時~12時(決別)
 会場は13区
会活動場所
 ●事務所: 室蘭市生涯学習センター(8号館) 1階(2号棟)
 住所: 室蘭市中央2丁目22-1 (2号棟)
 電話: 0143-80-7188
 ●活動日: 毎月第2日曜 9時~12時
 場所は: 300
 ●活動内容: 調理、包丁研ぎ、ポイント講座
 ●申し込み: 申し込み用紙を提出
 電話: 0143-3773-3689 (1~4F)
 E-mail: mamajama@nifty.com
 HP: 0143-3773-3689
 〒952-8585 http://mamajama.kawa.com/

会員募集中!

男性のみなさん、一緒に料理を楽しみませんか!

【月会費】1,500円 ※入会費なし

【活動日】毎月第2日曜 9~12時

【活動場所】室蘭市中島町2-22-1

室蘭市生涯学習センター「きらん」料理スタジオ2階

【連絡先】090-3773-3689 (事務局・古川さん)



会員の平均年齢は72歳。現在50~80代で活動中ですが、年齢に関わらずお若い方も大歓迎です!

雪かきレンジャー 作文 コンテスト

結果発表!

雪かきを通して、身近なお手伝いやボランティアに関心を持ち「ボランティアの心」を養うために開催しています。室蘭市内の小学生の皆さんに、雪かきで頑張ったこと・気づいたこと・感じたことなどを作文にして応募していただき、入選した皆さんには賞状と副賞の図書カードを贈りました。

最優秀賞

※今年から「低学年の部」「高学年の部」に分けており、20作品の応募がありました。
※学年・50音順で掲載

低学年の部

海陽小 3年
むらかみ あやか
村上 彩花さん

「楽しい雪かき」



初めて書いたけど、入賞することができて良かったです。



雪かきで氷のかたまりを取れずにいたら、おじいちゃんがとり方を教えてくれた。氷をとることができてうれしくなり、雪かきが楽しいと思った。次の日も自分の家や隣まで雪かきをして、近所の人から褒めてもらえてうれしい気持ちになった。

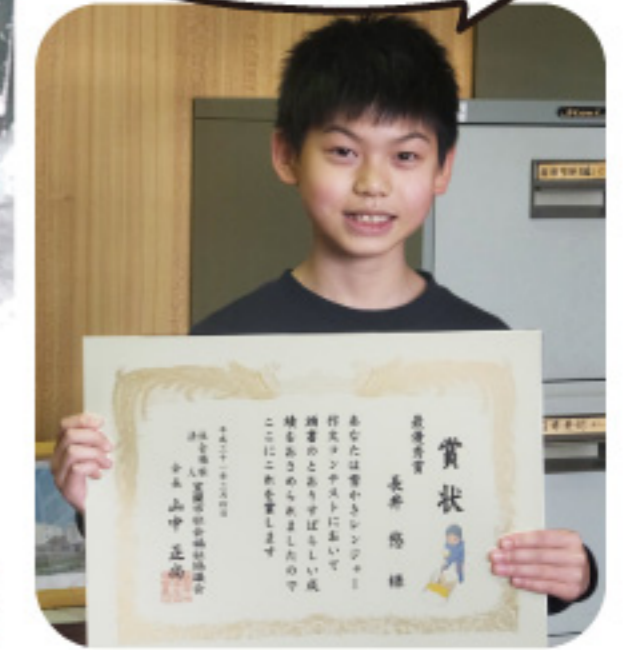
高学年の部

高砂小 5年
ながい ゆう
長井 悠くん

「雪かきを通して感じた地域のつながり」



去年は優秀賞でした。今回、最優秀賞を目指していたので、とてもうれしいです!



ひいおばあちゃんは一人居らしなので、ほくとお父さんと雪かきをする。デイサービスの日、登校前に雪かきをした。放課後にまた行くと、近所の人雪かきをしてくれていた。感謝の気持ちと、最初は面倒くさいと思った自分が恥ずかしくなった。地域の助け合い・協力の大切さを知った。

優秀賞

低学年の部

知利別小 1年
うめかわ しおり
梅川 汐里さん

「ゆきかきをしたこと」



高学年の部

海陽小 5年
かやの りょうた
茅野 亮太くん

「元旦の雪かきが教えてくれたこと」



水元小 6年
こにし ひろみ
小西 宏実さん

「雪かきをして感じた事」



入選

【低学年の部】

知利別小	1年	新谷	祐太くん
高砂小	1年	関口	千心さん
知利別小	1年	栃内	虹心さん
みなと小	2年	五十嵐	大和くん
旭ヶ丘小	2年	梅田	悠汰くん

【高学年の部】

海陽小	4年	橋詰	星太くん
高砂小	4年	三輪	大翔くん
みなと小	5年	岩下	奈央さん
海陽小	5年	橋詰	日菜さん

ご応募ありがとうございました!

趣味や特技を、ボランティアで活かしてみませんか？

室蘭社協ボランティアセンターには、町内会や介護保険施設などから多くのボランティア依頼が寄せられます。

そこで、ご自身の趣味や特技を、ボランティアとして活かしていただける方(個人・団体)を募集しています！

自分のペースで無理なく活動できますよ！

例

楽器演奏・ダンス・日本舞踊・カラオケ・囲碁・将棋・麻雀・編み物・裁縫・書道・手品・写真撮影・パソコン・絵を描くなど

みなさんのご協力をお待ちしています！



介護保険施設からのボランティア募集情報

見学もできます！

①配膳・お話相手

- ・グループホーム和みずもと(水元町)
★月～金のいずれか、時間は都合に合わせて相談
※女性を希望
- ・デイサービスセンター白鳥ハイツ(白鳥台)
★月～土のいずれか、13時～15時のうち1時間程度

②食事・飲み物などの配膳・ドライヤーかけ

- ・ケアハウスふれあい母恋(新富町)
★火曜、11時30分～13時30分
- ・デイサービスニチイケアセンター室蘭たかさご(高砂町)
★月～土のいずれか、10時～12時
- ・デイサービスセンター泉寿園(柏木町)
★月～金のいずれか、10時～12時
- ・デイサービスセンターいきがい(新富町)
★火・木のいずれか、10時～12時 ※女性を希望
- ・デイサービスセンターかがやき(東町)
★水・木・土のいずれか、13時～15時
※話相手も募集しています



③配膳・お話相手・ドライヤーかけ等

- ・デイサービスセンターしらかば(大沢町) ★月～土のいずれか、9時～12時のうち2時間程度

④お話相手

- ・グループホームたんどん(日の出町)
★どの曜日でも可、13時～15時
- ・デイサービスセンターかなで(高砂町)
★火・木・土のいずれか、10時～12時、13時～15時
※レクリエーション活動の補助も募集しています



⑤囲碁・将棋・マージャンの相手

- ・デイサービスセンターSOMPOケア室蘭(寿町)
★【マージャン】月・水のいずれか、14時～16時
【囲碁】月・水・木のいずれか、13時30分～15時30分
- ・デイサービスニチイケアセンター室蘭ふなみ(舟見町)
★【囲碁・将棋】月・水・土のいずれか、13時～14時

これらの活動は介護支援ボランティアの対象です。活動時間に応じて換金できるポイントを付与いたします。登録ご希望の方は室蘭社協までお問合せください。

お問合せ先

室蘭社協ボランティアセンター(工藤) ☎83-5031 (月～土 9～17時)

★次回のボランティアだより発送は、4月17日(水) 13時30分～15時 室蘭社協ボランティアセンターで行います