

# あったかふれあいセンター



令和6年10月

朝晩が肌寒くなり、秋らしい気候になってきましたね。と言っても昼間は暑いですね。皆さんは〇〇の秋・・・といえば何を思いますか？いろいろな楽しみ方がありますが無理せず体調管理に気をつけて楽しみましょうね。



9/4は、南海トラフ地震に備えて～と題して栄養士の国広さんに防災・災害食のお話をいただき、アルファ化米はお湯を注ぐだけで出来るわかめご飯と、耐熱性のあるポリ袋にかぼちゃと調味料を入れて煮物を作り試食してみました。皆さんわかめご飯は少し塩辛いという声がありましたが、かぼちゃの煮物は美味しく頂きました。他は、ローリングストックとは普段から食べているものを「備える」→「食べる」→「補充する」を繰り返す事！地域の避難場所を知っておく事！などのお話をいただき、皆さん真剣に聞いてくれました。



天候不順の為、延期になっていたあったか祭を9/10・9/15に開催することができました。9/10は上分保育園の年長・年中組の子供さんをお誘いし一足先にお祭りをし、わなげ・ひも引き・金魚すくい・かき氷を食べ楽しんでくれました。9/15はたくさんのお客さんにお越しいただき大盛況でした。ボランティアさんの協力のもと、前もっての準備や10日・15日の両日ともに楽しくできたお祭りでした。ボランティアさんありがとうございます。



わなげで取ったおもちゃを見せ合いながら楽しそうにかき氷食べていました。その後は園児たちが歌をうたってくれました～。みんなとても喜んでくれていたと聞きました。



あったか祭は色々なゲームをして景品をゲットして喜んでいただけたと思います。



今月は18日(金)13:30～ボランティア会を予定しています。ボランティアさん同士の交流や、ボランティアさんと地域の方との繋がりを目的として何かアイデアを出していただきたいと思っていますが、気軽にお越しください。

