たかぎボランティア・地域活動情報誌
さくみち
第 98号

令和6年1月発行
ボランティアセンター
TEL 33-5520 Fax 33-5330

明けましておめでとうございます。

昨年は五月からコロナの制約もなくなり以前のようなサロン活動が出来るようになり大いに盛り上がった事と思います。ボラ連総会とアスボ夏祭りでは「ほ・ほ・はははは!いいぞ・いいぞ・イエーイ」笑いヨガで楽しく笑い合いました。各地区のサロンでも笑っていただき有難うございました。「笑う門には福来る」大いに笑って倖多い令和六年になることを、また皆様のご健康とご活躍を祈念し新年のあいさつとさせていただきます。

ボランティア連絡会 会長 白子 喜徳

私のつぶやき

旬菜定食体験記　小川つや子

たかぎ健康ポイントを利用して旬菜健康定食をいただきました。レシピまでついていて、こだわりは塩分量と旬の野菜量。私は薄味も野菜も大好きで、とてもおいしかったです。塩分は二・四グラム。女性一日の摂取目安は六・五グラム未満ということなので、この味を基準に、と思いつつ、その日家で夕食を食べて驚いた。何ととても濃い味だと感じたのです。我が家は薄味だと自負していたのですが、全く手前味噌で、まだまだ努力が必要と反省しました。

令和6年能登半島地震 災害義援金受付、消耗品等の募集について

令和6年1月1日に発生した「令和6年能登半島地震」により、被災された皆様に心よりお見舞い申しあげます。
現在、災害ボランティア活動はできない状況ですが、今、できるボランティア活動として以下の支援があります。

○ 災害義援金を社協窓口、ボランティアセンター窓口で行っています。

○ 金沢市地域包括支援センターより消耗品募集
『募集』**期間:2月9日まで**
・赤ちゃん用、大人用オムツ（サイズ指定なし）、おしりふき、ウェットティッシュ、粉ミルク、あてパット、生理用品
※すべて新品の物をお願いします。受付はボランティアセンターまで

【お問合せ先】ボランティアセンター TEL33-5520