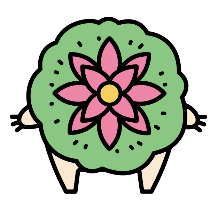


第37号

令和５年7月



たくさんのサロンから

ふれあい・いきいきサロン助成金の

お申し込みをいただきました！

ありがとうございました！

　ふれあい・いきいきサロン助成金は、継続したサロン活動を支援するための助成事業です。　皆さまの活動にご活用ください。７月下旬頃から申請のあったサロンにご連絡しますので、もう少しお待ちくださいね！

👆各サロンの助成金の使い道をご紹介！

講師代・会場費・感染症予防用に、使われるサロンが多かったのですが、それ以外の独自な活動をお知らせいたします！「そんな使い方があったのね！」「うちのサロンもやってみよう！」、ぜひぜひ参考にされてください！

材料費：豚汁・お汁粉、手作りの美味しいものを調理ですね♪

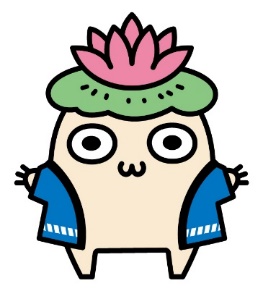
折り紙：手指を動かして、脳ﾄﾚにもなりますね♪

公民館清掃のお手伝い用掃除用品：地域のﾎﾞﾗﾝﾃｨｱですね♪

花苗・球根・培養土・肥料：皆さんで植えて地域をきれいに♪

誕生日の贈り物：いくつになってもうれしい🎁

ﾎﾞﾗﾝﾃｨｱ行事用保険：何かあった時のために、安心安全！



なじょも



サロン担当：田井から、なんだてあらこんだてあら、なじょーものおすすめしるいの！

今年の夏も暑い兆しです。４年ぶりのエルニーニョ現象が発生！

そんな時には、やっぱり、そうめん・ひやむぎ・そば・・・はじめつるつる、あとはかめかめですね！

７月７日は「そうめんの日」です！その日に食べると、一年間、無病息災で過ごせるという言い伝えもあるそうです！

「でも、そうめんは炭水化物らいの！夏バテをしんように、そうめんに色々のっけて、くお～れ！　な～にが、いいろっか⁉　ねばね～ばなオクラ・納豆・山芋・モロヘイヤをのせようかね⁉

たんぱく質もだいじらっけん、ゆで卵、冷しゃぶしゃぶ豚肉をのっけて、ねぎ・にんにく・みょうがもガツンと⁉　梅干しをたたいたのをのっけてもいいかも!!　盛沢山らろっか?!

七夕だけではなく、節句に旬のものを食べて、身体をいたわらんばらね！」

８月は暑いので、サロンをお休みするところも多いです。

熱中症対策しながら、その地区にあった開催方法でされるといいと思います！ご自愛くださいませ・・・





たくさんのサロンから「なじらいの通信」をご希望いただきありがとうございます！

春にご提出していただいた部数でお届していますが、「あと〇〇枚欲しい」「〇〇枚にして」「今まで希望していなかったけど今度から…」等々、ご希望がありましたら遠慮なくご連絡ください。

「前に言ったのに、その通りになっていない…」大変申し訳ございません。部数の登録をしますので、お手数ですが、再度ご連絡お願いします。よろしくお願いします。

「鶴々亀々」

つるつるかめかめ

末なが～く

お召あがりください