

つながり通信 5月

—くらぶがつながる—

2026年度のくらぶにご登録いただいているみなさん、こんにちは。つながり応援チームの「あくしま」です。この度、つながり通信の作成を担当させていただくことになりました。よろしくお願いいたします。

新年度がスタートして早1か月。みなさんは生活に変化がありましたでしょうか。私はというと…大！大！大変化の年です。この4月から1年と数か月の育休から復帰し、仕事と子育ての両立にてんやわんやしています。4月から子どもが保育園に入園しているのですが、保育園から発熱等での呼び出しがないか毎日ヒヤヒヤしています。そして、1年数か月職場を離れているだけで、アナログ式だったものが、どんどんデジタル化されており、浦島太郎状態です。1年間の空白期間を取り戻しながら、頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

みなさんの活動補助費の使い道を大調査

年間上限6,000円の活動補助費、昨年度のくらぶのみなさんはどのようなことに使用されたのか、くらぶの振り返りや活動補助費の申請書から調べてみました！

普段自分ではなかなか高額で買えない品物を買って試食しています。

(はぴこ)



普段のコーヒーにほとんどの補助費を使っています。

(日貫ちむどん)



補助費のおかげでおいしいお弁当を食べながらの集まりをすることができて感謝しています。

(SKC)



補助費を使って、みんなで素敵なカフェでランチができました。

(こじょっころ)



還暦祝いの集まりを兼ねて使わせていただきました。

(まめちゃんず)



忘年会・慰労会といろいろな名をつけ、お食事会にでかけていました。

(西園eleven)



残っている補助費を使い、ケーキを買い、「おたのしみ商品」のスープに合う軽食を作りました。

(ミナト東)



集まるときはいつも孫がいるので、補助費でボードゲームを購入させてもらいました。

(オハナ)



活動費を使って普段行けない飲食店に行きました。

(ゆかいな仲間)



その他

温泉、体操代、牧場体験代、きんた農園ベリーネの入園料 などなど

いちご狩りでしょうか？

毎月生協でお茶菓子を注文するくらぶ、毎月食材を購入して料理をするくらぶ、普段はお楽しみ商品や持ち寄ったお菓子、商品を食べ、カフェやレストランで食事する際に一度に補助費を使用するくらぶ、趣味で作っているものなどの材料費に充てるくらぶなど、補助費の使い方は多種多様でした。

補助費の使い道は自由です(但し、領収書があることが前提です)。それぞれのくらぶで補助費を上手く活用し、楽しい、充実した集まりにしてください♪

今年度初めてくらぶに参加しました♪

今年度初めてくらぶに申し込みをされた方も多いのでは…?!他のくらぶのみなさんと色々なことを共有しながら、充実した1年にしていきたいと思います^^

今回よりおしゃべりくらぶに加入させていただきました！マリクラブです！以前より公民館活動を共にしたり、月1回遊びに行ったり、おいしいお店を探しに行っている仲間です。何年も前よりおしゃべりをしていた仲間なので、その延長で今回加入しました。
(マリン)

テニスサークルで知り合った友だち、ママ友で集まりました。今年度「おしゃべりくらぶ」に参加し、月1~2回集うことを楽しみに集まってきました。今年度どんなことをしてみたいか話し、笑いっぱい、おしゃべりが弾み、あっという間の時間で。作ることが好きな私たちの、ワクワク感がとまりません。
(作ってワクワク)

くらぶのみなさんに聞きたい

報告書の「他のくらぶに聞いてみたいこと」に、たくさんの質問が寄せられました。ぜひ、くらぶの中で話題にしてみてください。みなさんのお返事をお待ちしております！

いろいろなものが値上がりしています。食費を抑える工夫をされていますか？どんな工夫をされていますか？
また、おにぎりを毎日つくるのですが、何かおすすめのお具はないでしょうか？
(甘党組)

キーホルダー作りや羊毛フェルト、つまみ細工など集まっていろいろ作っていますが、ネタ切れになってしまい、作るものがありません。材料費があまりかからず失敗無く作れるものがあれば教えてほしいです。
(名なし)

新生活が始まった人も多いと思います。5月に入るので疲れが出てくる頃かと思えます。この時期をうまく乗り越えるためのコツや習慣があれば教えてほしいです。「自分は〇〇するようにしている」「△△は体に良いと聞いた」とかなど。
(セレヴィー)

たけのこをおいしく湯がく（下ごしらえ）方法、コツを知っておられる方教えてください。たけのこご飯、みそ煮など、その他おいしいたけのこ料理のレシピを教えてください。
(稲は福だね!!)

試食品はどのように活用しておられますか？
例)・参加者に配り次回感想を出し合う
・会の中で作って、食べて感想を出し合う
(つくしんぼの会)

目によい食べ物ってどんなものがある？視力だけでなく、いわゆる目を老化させない食品ってあるのでしょうか？
(ひまわり)

かさばらず、日もちがして、お手頃価格で、見栄えがする、これぞ郷土土産！というものを教えてください。
(バイオレット)

おしゃべりくらぶでお出かけしてよかった場所やお店などを教えてください。
(ととろ)

お弁当のおかず、おすすめがあれば教えてください。
(団子鼻)

みなさん新生活で何か変化はありましたか？
(ふじファミリー)

わたしたちのくらぶ活動

4月の報告書に、たくさんの活動報告が寄せられました。

わたしたちのくらぶのメンバーは、60代、70代の20年以上の付き合いのメンバーです。今回広瀬の月山富田城跡へ上りたいというメンバーの一人の提案で実現しました。一人なら絶対登れないと思っていたので、考えてもいない体験でしたが、一人ひとりが無理をしないで自分の行けるところまでということに登りはじめました。私は何とか頂上まで登ることができました。ゆっくりのペースでも付き合ってくれた友だちに感謝です。
(きんもくせい)

集会所前庭でメンバー十夫の10名で焼き肉をし、お花見をしました。地区内の状況報告をしながら年々「できなくなっていること」が話の中心になってはいましたが、女性だけ、男性だけで集まるのではなく、みーんなで集まる機会は必要だ、という話ができました。「過疎」という言葉も虚しくなるほど人がいなくなっている現状に心がザワザワ…これからどうすればいいのか、みんな不安になっているのがよくわかりました。

(庵ノ上女子会)

メンバーの一人が仕事で菜の花を観察する場所を探していたので、候補地として“大根島”があがり、みんなで出かけることになりました。残念ながら菜の花畑は終わっていましたが、ドライブがてら大根島を周って弁天島（波入港親水公園）という場所が目に入り、散策しました。遠くに鳥が巣を作っている島や子どもが好きそうなトンネル・遊具もある、我が子が小さい頃知っていたらお弁当を持っていきたくなる楽しい公園でした。「カフェすずしろ」という焼ドーナツがおいしいお店でお茶をして、ぐるっと大根島を一周し、プチ旅行気分を味わいました。
(晴れの会)

今年度取り組んでみたいことを話し合いました。物価上昇対策(?)として、ほんの少しだけ畑づくりもしてみてもは?という声もできましたので、我が家の空いている畑をみんなでワチャワチャしながらだと冬野菜が何かしら作れるのでは…それにはまず土地づくり、肥料づくりから始めてみては?というところまでで時間切れ!今からワクワクしています。

(なないろアルファール)

ワラビ採りをしました。短時間でたくさん採れました。家に帰ってお茶をしながら料理方法について話しました。だしにつける定番以外に、油揚げ、こんにゃくと一緒に炒め煮にしたり、塩こんぶとしょうがと和えるなど…早速作ってみました。
(さくらんぼ)

自転車の乗り方のルールが厳しくなり違反者に対して罰金請求がされるようになりました。それに乗じて、詐欺事件が起こったりしています。こうした詐欺被害などに気を付けようねと話しました。
(もみじ)

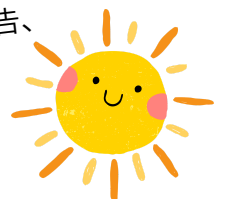
集まると物価高の話が一番に出ます。今までと同じ感じでは買い物ができません。どこが安い情報交換から始まり、いただいたお菓子でお茶です。
(さくら)

久しぶりに料理をすることにし、2種類の春巻きをレシピを見ながら作りました。1つはいろいろな具材を千切りにして巻いたもの。もう1つはハムとスライスチーズを春キャベツでしっかり巻き、春巻きの皮で包みました。揚げ焼きにしてサクサクのアツアツを食べました。とてもおいしかったです。
(100才体操がんばる会)

本日はIさんのお誕生日会をしました。福山雅治さんの歌とタヌキのケーキでお祝いしました。何歳になってもいいものですね。

(いつもスマイル)

読んでいてこちらも楽しくなる報告、
ありがとうございます!



今週のお楽しみ商品

今週5月2回配送週（5月11日～15日）に、「くらぶ」で使っていただく「おたのしみ商品」をお届けしています。代表の方のお届け商品と一緒に入っていますので、ご確認いただき、集まりの際のおしゃべりのおともにどうぞ♪
※「商品お届け表兼請求書」には「試食〇〇 0円」と表示されます。



**レンジでできる国内麦
むしパンミックス**
次回予定：5月4回（だいすき）
参考価格：228円（税抜）

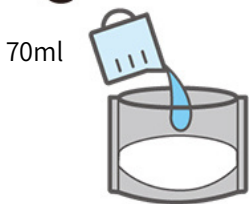


ミックスキャロット 1000ml
次回予定：「マイポケット」
で毎週企画
参考価格：1000ml×6...1,998円（税抜）
200ml×24...2,080円（税抜）

作り方

調理器具不要！簡単 **4** ステップで完成♪

① 水を入れて



② よく混ぜて



③ レンジで3分 (500W)



④ 取り出す



試してみよう

「レンジでできる国内麦むしパンミックス」はいろいろとアレンジができる商品です。ぜひ、どのようなアレンジをしたのか報告書で教えてください。



ミツキャラムしパン

水70mlを今回お届けしたミックスキャロット70mlに置き換えるとミツキャラムしパンのできあがり！
お好みで砂糖小さじ1～2、レーズンやくるみなど入れてもおいしいですよ^^



ソーセージと
チーズを入れて

ブルーベリー
ジャムを入れて



青汁を入れて

来月は6月2回配送週（6月8日～12日）にお届け予定としています。
お届け予定商品は「有機栽培アイスコーヒー1000ml」と「抹茶クリンクル×2（冷凍）」です！お楽しみに(^^♪