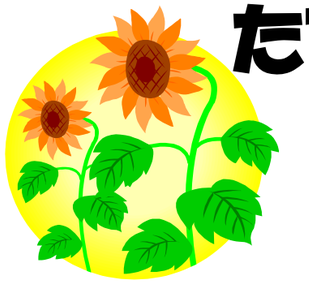


たてばば福祉館だより

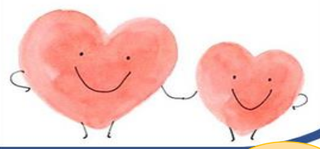
～地域の皆様と共に～

第４８号
令和３年７月発行
鹿児島市たてばば福祉館
下竜尾町１０-３０
Tel/Fax：２４８－３９００

♦～ボランティア活動～♦

地域福祉館でボランティア活動の支援をしています！！

　たてばば福祉館では、地域でボランティアに取り組みたい方やボランティアを求める方に、ボランティアセンターと連携して情報提供を行い、ボランティアの橋渡しをしています。
　また、ボランティアに関する相談も随時受付けています。
　４月からは、地域の皆様に身近な地域福祉館でもボランティア登録等の手続きができるようになりました。



大竜ふれあい子育てサロン

０～３歳位までのお子様と保護者のみなさん、ぜひご参加ください。予約は要りません。＜無料＞

主催：大龍校区社会福祉協議会　（運営：大竜地区民生委員児童委員協議会）

期　日	活　動　内　容	担　当	時間・場所等
７月15日（木）	幼児安全法講習会 夏のミニコンサート バイオリン	日本赤十字社鹿児島県支部 宮島　宝淳先生	１０：００～１１：３０頃迄 （毎月第3木曜日）
８月19日（木）	臨床心理士さんのお話 バルーン教室	なかまっち 中宮　絹子先生 チロリン村	「たてばば福祉館」 下竜尾町１０－３０ （☎２４８－３９００）
９月16日（木）	親子ふれあい遊び 保健センターからのお話	春日保育園 東部保健センター	

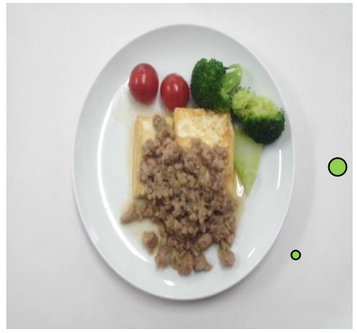
（※　内容については、変更することがあります。）

メンズ゛キッチン便り

資料提供：食生活改善推進員南州ブロック

「豆腐ステーキの肉みそかけ」

＜レシピ２人分(g)＞
木綿豆腐・・・・・２４０ｇ
油・・・・・・・・小さじ1
豚ひき肉・・・・・６０ｇ
たまねぎ・・・・・６０ｇ
にんにく・・・・・・２ｇ
しょうが・・・・・・２ｇ
油・・・・・・・・小さじ1
A　麦みそ・・小さじ2
　　みりん・・小さじ2
　　酒・・・・小さじ2
　　水・・・・大さじ6
アスパラガス・・・・・４０ｇ
トマト・・・・・・・・４０ｇ



＜作り方＞
① 豆腐は、1.5㎝ぐらいの厚さに切ってキッチンペーパーに包み水切りする。
② たまねぎ、にんにく、しょうがはみじん切りにする。
③ 油をひいたフライパンににんにく、しょうがを炒め、豚ひき肉を加えて軽く火が通ったら玉ねぎを加えて炒める。
④ ③によく混ぜ合わせたＡを加えて、弱火で汁気がなくなるまで炒め合わせる。
⑤ 油をひいた別のフライパンに①の豆腐を入れ、両面に焼き色をつける。
⑥ アスパラガスは、さっと湯がいて一口大に切る。
　トマトはくし切りにする。
⑦ ⑤を器に盛り、④をかけ、⑥を添える。

鹿児島市からのお願いです

地域福祉館は災害時等の避難所として指定されています。

避難所に避難する際の注意について
避難される場合、原則として市は食料品や寝具等の支給・貸与は行いません。
避難される際は、1～2泊できるくらい（3日分）の水、食料、生活用品（毛布など）を持って避難していただきますようお願いいたします。

鹿児島市
　地域福祉課（２１６－１２４４）

☆　たてばば福祉館の職員が変わりました

４月１日付けで当福祉館に下記３名の方が就任しました。
（３名より）・・・「福祉館を利用される皆様が、いつでも気軽に楽しく、過ごされるよう環境づくりに頑張りますので、前任者同様どうぞよろしくお願いいたします。」

○　休暇代替職員　瀧聞　敏子さん
○　隔日勤務職員　三島　進さん
○　隔日勤務職員　上野　成人さん