

# 賛助会員の活動紹介 男の料理教室 ～食は文化 医食同源～

高齢夫婦の二人暮らしの家庭が多い鎌倉市で「男性にも料理づくりを楽しんでもらおう」と1983年、60歳以上の定年退職者を中心に深沢公民館で「男の料理教室」が開講されて今年で30年になります。毎年応募者が多く抽選で24名が選ばれて受講をしています。講座終了後は自主的にグループを立上げ、現在では11グループ(※1)約200名が月1回料理を楽しんでいます。また受講された方達は、地域でのボランティア活動にも積極的に参加しています。男の料理教室では健康第一になるべく旬の食材を使い、減塩に徹しています。食材の切り方、色どり、盛り付けなどにも気を使い、料理作りの基本から後片付けまで指導をしています。長年「男の料理教室」の講師をしている料理研究家の蓼沼誠一氏は「料理は愛情が大事」と食文化の話もすると共に、夫婦円満、家族だんらん、健康づくりのため、「男子厨房に入るべし」と力強く話をしています。



夏休みに障がいのある小学校4年生から中学校3年生までの児童を対象とした、サマーキャンプへの協力のひとコマです。



アシスタントの海村延子氏は永年にわたり男の料理教室のアシスタントとしてボランティアで参加し、今年度鎌倉市社会福祉協議会より特別表彰を受賞されました。

お問合せ：男の料理教室代表 蓼沼 誠一 電話(23)2000

## 受講終了後に立ち上がったグループ ※1

- 一鍋会
- 七彩会
- 蓼和会
- 第一マンディ
- 蓼の会
- 食彩会
- 二火会
- 蓼沼会
- 蓼喰会
- 蓼男の会
- 料理野郎会

## 募集 賛助会員

鎌倉市社協の活動に賛同し会員となっただけの方募集

社協では、市民の皆様と共に鎌倉市の福祉の向上と、「誰もが安心して暮らせる地域づくり～みんなで支え合うまち・かまくら～」の実現を目指しています。地域福祉活動の資金は、助成金や寄付金、共同募金などのほかに、賛助会員として支援して下さる皆様のご厚意によって支えられています。ぜひ、地域福祉推進のためのお力添えをお願いいたします。



社協窓口にてお申し込みください。

会費 一口 1,000円(年額) ※一口以上何口でも

●銀行振込していただける場合は下記口座までお願いいたします。

スルガ銀行 鎌倉支店(普)1285845

しゃかい ふく し ほうじん かまくら し しゃかいふく し きょうぎ かい かいちょう うめざわ よしのり  
社会福祉法人鎌倉市社会福祉協議会 会長 梅澤 淑弼

※銀行振込をされる方は、社協までお電話ください。

## 鎌倉市が被災した場合を想定し 災害ボランティアセンター設置・運営訓練を実施!

東日本大震災のような未曾有の地震や津波、また、異常気象の大雨による土砂崩れ・川の氾濫等、鎌倉も例外ではありません。災害は予期せず起こります。

市内で大規模災害が発生した場合、鎌倉市の要請に基づいて、鎌倉青年会議所と市社協が「災害ボランティアセンター」を設置し、市民が一日でも早く日常生活を取り戻せるように運営をします。訓練は鎌倉市、鎌倉青年会議所、市社協が協力して実施をします。皆さまのご来場をお待ちしています。



昨年の訓練の様子

|      |                                       |
|------|---------------------------------------|
| 日 時  | 平成26年3月9日(日) 10:00～(雨天決行、荒天中止)        |
| 場 所  | 鎌倉市役所 本庁舎前庭                           |
| 内 容  | ボランティアセンター設置・運営訓練、消防車両の展示、活動資機材の展示他   |
| 実 施  | 鎌倉市、鎌倉青年会議所、市社協の共催                    |
| 問合せ先 | 市社協 電話(23)1075<br>鎌倉市総合防災課 電話(23)3000 |

## 心をひとつに ～つなげようみちのくの未来へII～

鎌倉が一つになり東北の未来を考える被災地支援のイベントが行われます。「買う」「飲む食す」「伝える」「音楽で感じる」の4つのテーマを設けて「鎌倉の防災を考える日」とします。「災害ボランティアセンター設置訓練」と同日開催となっています。皆さま、ぜひご来場ください。

|      |                                       |
|------|---------------------------------------|
| 日 時  | 平成26年3月9日(日) 10:00～15:30(雨天決行、荒天中止)   |
| 場 所  | 鎌倉市役所 駐車場                             |
| 内 容  | 被災地で活躍しているミュージシャンによる音楽、東北物産展、東北グルメ屋台他 |
| 実 施  | ALL鎌倉実行委員会                            |
| 問合せ先 | 090-3407-8699(中里)                     |

## 東日本大震災被災地支援にご寄付をいただいた方々

(平成25年9月13日～平成25年11月30日) (順不同)

- 団体
- ミュージックボックス 様
  - 七里が浜楓幼稚園 様
  - キングレコード 日の本千代美 様
  - 七里が浜フレンドリークラブ 様

ご寄付ありがとうございました。

団体4団体 ご寄付金額 186,495円

## 福祉活動振興基金にご寄付をいただいた方々

(平成25年9月13日～平成25年11月30日) (順不同)

- 個人
- 高井 久子 様
- 団体
- 神奈川県自転車商協同組合 様
  - 株式会社 ニュー・トーヨー 様
  - 鎌倉商工会議所工業部会 様



ご寄付ありがとうございました。

個人1名、団体3団体  
ご寄付金額

197,143円

## 募集 訪問介護員(登録制)

週2日から3日以上活動でき、訪問介護員養成研修2級以上修了の方、又は介護福祉士の資格をお持ちの方で、市内在住60歳未満の方

- ◎週2回から3回以上活動ができる方
- ◎勤務は日中の数時間

登録希望の方はお電話ください。

社協介護保険事業係 電話(23)1075

