

であい

ふれあい

ささえあい

市内の障がい福祉サービス事業所を紹介します。

地域活動支援センターやまびこ（医療法人 生仁会）

地域活動支援センターやまびこは、障がいのある方が住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らすことができるよう支援をしています。事業所は高山市にありますが、下呂市内で月に2回、心の病を持つ方を対象に、レクリエーション（花見・日帰り旅行・バーベキューなど）、創作活動（ちぎり絵・習字など）、調理などの活動を通して、「仲間作り」や「社会に出ていくための自信をつける」ことを目的としたグループワーク事業を行っています。興味をもたれた方は、お気軽にご相談ください。



◇ちゅうりっぷの会
金山地域を中心に活動をしています。原則、第4金曜日。
10時～15時。



◇ひまわりクラブ
萩原・下呂地域を中心に活動をしています。原則、第3金曜日。
10時～15時。

地域活動支援センターやまびこでは、グループワーク事業の他に、福祉サービスに関する相談、就労に関する相談、健康や医療に関する相談、サービス利用計画に関する相談など、地域で生活していく上での様々な相談に応じています。お気軽にご連絡ください。

■住 所／〒509-4124 高山市国府町村山251-2
■電 話／0577-72-5023
■FAX／0577-72-5024
■メール／yamabiko.sjk@hidatakayama.ne.jp
■開所時間／月曜日から土曜日（日、祝日は月1回開館）
9時～16時30分



地産地消でうちのごはん

益田調理師会から
地産地消の料理を紹介します。

アジメの朴葉寿司とアジメ丼 ナスのみそ汁添え



【材料】

アジメ、朴葉、飯・寿司飯、ナス他
※分量はお好みにより調整できます。

作り方

- ①活きたアジメに塩をしてから水で滑りを洗い流し、しょうゆ、砂糖、みりん、酒で炊きあげておく。
（割合は しょうゆ:1、砂糖:0.5、みりん:1、酒:0.5）
- ②朴葉に寿司飯をのせ、上にアジメ、木の芽等をのせて包む。
- ③器にご飯を盛り、アジメの煮汁等のタレをかけ、うえにアジメをこんもりと盛り付け木の芽をのせて。
お好みで、吸いもの、味噌汁などを添えて。

レシピ提供:石丸敏子さん（馬瀬数河）