

## 「つや姫」情報

## 【 山形県より “つや姫” 進呈のお知らせ 】

今年も震災の影響で山形県に避難されている全世帯に「つや姫」(2合分)の進呈があり、今後お届けに伺います。

お試し  
ください

(不在の際は、下記までご連絡頂けると早めにお届けできると思います。どうぞ、ご協力お願い致します)



## ～「つや姫」の美味しい炊き方～

- 1、ボールに計量した米を入れ、水を一気にに入れて軽くかき混ぜ、又力臭さとゴミを取る為にすばやく水を捨てる
- 2、20回程かき混ぜて、水が澄むまでたっぷりの水で流します
- 3、お好みにもよりますが、炊飯器の目盛より若干少なめの水で炊くことをおすすめします。冬場なら1時間程度、夏場なら30分程吸水させます(新米の場合は少し早めに切り上げてください)
- 4、炊飯し、炊き上がったなら10分程蒸らします

～ どうぞ、お試しください!!～

山形日和。

## 交流会 (再掲)

## 【 交流のひろば：午前の会 】

日 時：12月1日(火) 10:00～12:00

場 所：南陽市健康長寿センター2階 生活訓練室(和室)

< 定例のお茶会です。おしゃべりOK! 就労セミナーを同時に行います >

【 年齢問わず・避難元避難先問わず・時間内での自由参加 】

\* 1月の「交流のひろば(午前の会)」はお休みします

～ 福島県就労支援センター協力 ～

## 仕事を始めるための基本的なスキルを身につけませんか?

## 「仕事を始めるためのセミナー」

(履歴書、職務経歴書の書き方・面接について・求人票の読み方 など)

時 間：10:30～11:45

対象者：福島県より避難されて来られた方

参加費：無料

その他：子連れ参加可能。筆記用具をご持参ください。



事前申込みを  
お願いします

《 申込み方法 》 南陽市社協まで、お電話でお申込みください (Tel 43-5888)

## 《 今後の予定 》

- ☆12月 1日(火)「交流のひろば(午前の会)」\*就労セミナー同時開催
- ☆12月 7日(月)「交流のひろば」\*午後
- ☆12月10日(木)“老人いこいの家でのんびり温泉” \*対象者(60歳以上と付添の方)のみ
- ☆12月21日(月)「交流のひろば」\*午後
- ☆ 1月18日(月)「交流のひろば」\*午後
- ★ 1月 4日(月)「交流のひろば」お休み



<< 震災の影響で、南陽市に避難されてきた方対象 >>

## ♪ ないしょ話 童謡祭 ♪

先着20名様(一世帯2枚まで)ご招待!! \*詳細は裏面をご覧ください

受付期間：11/24～12/18 \*土日除く

申込み方法：下記まで、電話での申込み  
窓口又は郵送にてお渡し

【 お問合せ先 】 南陽市社会福祉協議会(担当 安達・菅原まで)

(Tel 43-5888 平日 8:30～17:15 \*土日祝日除く)

<お知らせ> 12月の社協お便りは、お休みします

