

会報

第657号
2020年12月
札幌友の会

12月22日現在	会員数	675人
札幌	別冊	54
新平	岡石	54
白が	岡石	41
羊豊	丘平	60
	平	49
	西	50
	角	50
	山	53
	央山	55
	鼻山	44
	内	47
	苺	54
	信	8
	通	6
	3月末より	18人減

十二月オンライン例会

読書「家庭味」

総リリーダ― 阿波加 寿美代

司会の大浦さんの「総リリーダ―と私は今友の家にあります。円山は快晴です。この大ホールの窓には陽が燦燦と入っています」という言葉から、例会が始まりました。

十二月例会 12月10日(木)

司会 大浦(会員部)

讃美歌 338番

読書「家庭味」

思想しつつ生活しつつ(下)

総リリーダ―

点呼

方面リリーダ―から一言

新年度に向かつて

白石方面リリーダ―小佐野

2020年度家計簿を広めるために

家計簿からわかる我が家の食卓

お魚調べから 三角山方面

クリスマス礼拝について

新入転入お客様紹介

実務報告

讃美歌 522番

新入転入お客様紹介 8人

実務報告 実務 広報部

出席 211人



「ただなんとなく、豊かな親しい大地のような」家庭味を醸し出すものは何かと考えた時、わが家にとって、家族で食卓を囲む時間と、食べる楽しさだと思いました。

私は子育ての時、毎日の食事と、季節の行事や、お祝い事の食卓を大事にしてきました。新しい料理を出す、「これ友の会」と必ず聞かれるほど、わが家の味は友の会で育てられました。長男はよく「ポテト揚げてドーナツ作って」と友達を引き連れて学校から帰ってきて、揚げても揚げてもあつという間になくなる、底なし沼のような男の子たちの胃袋に、ポテトを延々と揚

げたのは、本当に楽しい思い出です。2人の子どもは今東京で働いています。お正月の帰省をあきらめた娘から、先日、おせちを送ってほしいと電話がありました。リクエストは伊達巻き、のし鶏、きんとんです。どれも友の会で習いました。大好物の黒豆は自分で作ってみるそうです。お母さんのあれが食べたいと言われることが、私にとってはこのうえない喜びです。

共働きをしている長男のところは、リモートワークで、家で仕事をしている息子もつばら料理担当です。家族の形はいろいろでいいと思います。創立者は、手作りを大事にしながらも、物を手作りするだけが手作り生活ではない。家族皆が責任を持ち、力を出すのが手づくり生活だと書かれています。忙しい生活であっても、顔を見

て食卓を囲み、家族が一緒に過ごす時間を大事にできる、それぞれの温かな家庭味を作ってほしいと願っています。

今月8日、自由学園最高学部長のオンラインのクリスマス礼拝に出席して、世界の「子どもの幸福度ランキング」で、日本の子どもも「子どもの幸福度は、最下位から2番目の37位だった」とのお話に衝撃を受けました。生まれてきて良かった、幸せだと感じる自己肯定感、家族の会話と比例している、と聞いたことがあります。心を育むのは親子がまなざしを交わし合い、語り合うことです。家族で食卓を囲むという当たり前のことをもつともつと大事にしていきたいと思えました。

今年、テーマを「真実の交わりを求め 愛と協力をつなごう」「共に生きるために 適量の生活を」としました。

私達は今、コロナによって、厳しい現実に向き合っています。著書集「**一点一劃も偶然ではないこの生です**」(中略)「運命の悪戯

などというような、盲目的な無造作なものではあり得ないはずですよ」という言葉から、今一度立ち止まって自分達のあり方を見つめ直しなさいと言われている気がしてなりません。便利さや効率を追い求める今の生活のままでいいのか、ものを使い捨てをして環境を汚し続けるのか、本当に願うことは何か、一人ひとりが問われています。誰もが共に生きられる、持続可能な世界のために、ものもエネルギーも使いすぎない、適量の生活をしていきたいと思えます。

「真実の交わりを求め 愛と協力をつなごう」では、会えない中どうしたらつながりを感じられるのか、今年の課題でした。会報、方面便り、方面リリーダ―を通して、最寄の一人ひとりが会員として立っていることを感じさせてもらいました。10月は4方面の方面会に参加でき、一人ひとりに丁寧に関わろうとする、交わりを求める気持ちの強さを感じました。会って交わり

てこそ友の会と思っていましたが、会えなくても気持ち

ちはつながっている実感
できました。

今日の例会では、普段な
かなか会えない有職者や、
事情があつて休んでいる人
にも会うことができました。
その人たちをオンラインに
つなぐためにたくさんのリ
レーがあつたことを知って
います。それは皆とつなが
りたいという気持ちのりレー
でした。「この人が例会に
出ます」と毎日のように報
告があり、みんながどれほ
ど例会を大切に思っている
かを感じてきました。

会員として、活動に関わ

る時間や、気持ちの量は違っ
ても、仕事や病気で出られ
ない人も、会報を読むこと
も、会費を払うことも、そ
れぞれが、それぞれの立場
で責任を持ち、この団体を
支えていることだと思えます。
そういう一人ひとりとして、
いてくれることが本当に心
強いです。家族のような、
慕わしい、友の会の家庭味
は、ここにあると思えます。

友の会がひとつの家族と
して慕わしいと同じように、
社会も大きな家族であると
思う時、コロナで孤立を深

める親子のことが気がかり
でなりません。最近、新聞
やテレビでよく取り上げら
れますが、全国的に子育て
サロンを閉めているところ
が多く、行き場所のない親
子が多く、家庭の中で孤立して
います。親のイライラが子
どもに向かうことが懸念さ
れ、胸が痛みます。友の会
としても、就学前の親子が
安心して遊べる場所を願っ
て「かるがもひろば」を昨
年から始めましたが、今年
度はコロナが少し収まった、
9月と10月の2回開くこと
ができました。オープンと
同時に駆け込んでくる親子、

「みんな遊ぶ場所を探して
るんです」という言葉を聞
くと、待っている親子がま
だまだいると感じます。そ
ういう親子のために、一人
でも一時間でも手を差し伸
べたい。一日も早く再開で
きる日を願っています。

春の自粛から11月の活動
休止まで、難しい判断の連
続でしたが、第一に考えた
のは、皆の安全が守られる
ことでした。決断したこと
が正しかったのか、間違っ
ていたのかはわかりません

が、その時々には最善と思うこ
とをしてきました。これでよ
かったでしょうか、どうか皆
の安全が守られますようにと、
祈るような気持ちで一日一日
を過ごしています。

このような中でも、今年
度初めての例会を持つこと
ができ、感謝です。画面の
向こうには200人以上の
お顔があふれんばかり、やっ
とみんなに会え胸が一杯で
す。皆さんも例会が始まる
までの時間、9カ月ぶりの
懐かしい顔を見つけて再会を
喜んだのではないのでしょうか。

今日の読書「家庭味」を、
皆さんは、どのような気持
ちで読みましたか、そして
この一年を、どんな思いで
過ごしてきましたか。
今日、最後に歌う讚美歌
522番は、希望を見たい
時に歌いたくるところです。
「道にゆき暮れし旅人よあおぎ
恵みのみ神のみ言葉を開けや
憂いの雨は夜の間に晴れて
尽きせぬ喜び朝日と輝かん」
憂いの雨が一日も早くあがり、
皆の安全が守られ、よい一年が
送れることを願って、読書を終
わります。

方面リーダーから一言

点呼で方面リーダーの顔が映し出され、
方面の様子や今の思いを話しました。



* 今年友の家で咲いた花たち

厚別方面 高橋 佳子

コロナで自粛中の4月に皆とのつながりを求
めて「厚別だより」を発行して、11月で9号目になり
ます。普段でられない人の声など、みんなの
様子がわかり読むのが楽しみです。また、オンラインによる新
しい集まり方も広がってきて、方面会・方面委員会をしたり、
最寄も少しずつ環境が出来てきています。元気な姿や声を
聴くのは、嬉しいことで、次への活力へつながります。このよ
うな皆の気持ちの寄せ合いを大切にしていきたいと思ひます。



新札幌方面 佐藤 明美

8月から毎月オンラインによる方面委員会と、
集まる人を制限しての方面会をしてきました。
コロナ禍で、みんなが集まらない時に何かで
きることはないかと何度も話し合いました。オンラインでなら集
まれるのではと「家計簿を広める会」に挑戦することにしまし
た。不安を抱きながらの準備も、若い会員がお客様をお誘
いしてくれたり、方面の有職者もお客様と共に参加してくれて、
今年の方面の目標「絆の強さと元気」を感じています。



平岡方面 下村 早苗

広い会場を借り、時間を区切り方面会、最
寄会をしてきました。今できることをしようと皆で
プラスチックごみ調べをし、方面会で3回十分
時間を取り、洗い布を作りました。感想はこれから聞き合
います。出席できない人へ、LINE、FAX、手紙で様子を伝える
など最寄がよく関わってくれています。顔を合わせることが難
しい今だからこそ、友の会から気持ちが離れないように、丁
寧に連絡をとりつながってきたいと思ひます。



今年のテーマ 「真実の交わりを求め 愛と協力でつながろう」 「共に生きるために 適量の生活を」

白石方面 小佐野 志住子

活動自粛が長引く中でも『最寄を中心に一人ひとりを大切に』とそれぞれができることを重ねてきた。皆で会いたいと10月末にやっと方面会が実現した。普段、出席できない人達ともつながりたくてスマホ動画による「ビデオレター」の出演をお願いした。「皆さんお元気ですか」と近況を話し始める懐かしい顔ぶれに私たちも熱いものがこみ上げ、改めて一人ひとりが大切な仲間であることを確信した。つながりを大切にしていこう私たちの活動を続けたいと思う。



羊が丘方面 池田 静江

今年度、新しい試みとして有職者のグループLINEを立ち上げました。衣服の持ち数調べをして60点に減らした人、『婦人之友と私』で会報に載った人、新聞に自営業の牧場が紹介された人などの近況を載せています。方面の様子を知ってもらいたいと、10月方面会の内容を動画で流しました。全員から『いいね』のスタンプがきて嬉しかったです。今まで中々会うことが叶わなかった有職の人達と、最寄を超えてのつながりを感じています。



豊平方面 松澤 佳子

集まりが持てない中で、個人の励みや最寄の活動から方面につなげていきたいと願ってきました。11月に区民センターでのロビー展を計画。残念ながら出来ませんでした。このことは皆でやってみようと前に出る気持ちが湧きプラスの面が見られたことでした。また、オンライン例会の接続がきっかけに、方面でもオンラインをと考え始めたところです。対応できない会員への関わりを大事に共に活動できるような仕方を考えていきたいと思っています。



西方面 一戸 恵子

11月に初めてオンラインで方面会をしました。最寄リーダーを中心に、5つある全最寄から参加できました。オンラインに接続できない人とのつながりをどの様にしていくかが課題です。少人数の集まりが持てるようになった7月から10月まで月一回友の家で方面会をしました。年配の人も若い人も顔を合わせることができ嬉しい時間を持つことができました。一日でも早く実際にみんなで集まりが持てる日の来ることを祈っております。



三角山方面 稲川 紀子

コロナ禍の今年度、一人ひとりが元気でいて方面のみんながつながっていられることを願ひ、家計簿をつけること、プラスチックフリーの勉強を続けることを生活の目標にしてきた。久々の小学生G会、オンラインでの勉強会などができたのは、これまでの対面での積み重ねがあればこそ。方面便り、報告・連絡を大事にして最寄リーダーを頼りに、会えない中でみんなの思いがにつながる努力を続け、元気に春を迎えたい。



中央方面 木内 いく子

コロナ禍が始まり、入会まもない会員から集まりを持てない不安の声がありました。方面のテーマを「皆で気持ちを寄せ合いつながろう」にしました。乳幼児グループLINEで「時間しらべ」のやりとりや公園で青空最寄しました。また、最寄の様子を聞いたり、会員に直接電話で近況を聞くと安心します。方面の支えに感謝です。9月と12月に2人の入会者を与えられ大きな喜びです。コロナ禍が終息し「共に学び共に働く」を実感できる交わりをしたいです。



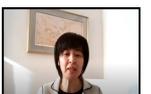
円山方面 丹羽 淳子

心と心が近くなれるような交わりをめざしています。方面委員会はオンラインで月に一度、行っていますが、方面委員会LINE、乳幼児グループLINE、毎週金曜日に声を掛け合う家計LINE、生活係LINEも盛んです。皆のしてみたことをまとめた方面だより「生活の種」を、皆の手元に届けることで、仲間がいることを実感したいと思っています。



山鼻方面 小河 清美

集まって活動が出来ていた時には、気にもとめていなかったことが出来なくなった今、友の会活動を支えるみんなの思いにあらためて気づかされています。最寄リーダーが丁寧に連絡をしてくれること、各係が今できる最善を尽くし、そのことに協力する人、信頼できるつながりが方面の大きな力になっています。新しい年へ、みんなと希望を持ちたいと思います。



桜山方面 朝倉 美智代

うれしいことがありました。仕事をしている若い人が退会を考えていることがわかり、本当は会って話したかったのですが、LINEのビデオ通話で顔を見て話すことができました。本音で話し合ううちに「最寄にもでていない私のことを、こんなにも思っていてくれたんですね。友の会はあったかい所ですね」と退会をとどまってくれました。これからも、みんなで一人ひとりのことを、思うことを大切にしていきたいです。



真駒内方面 門脇 ますみ

有職の若い人が方面の家計勉強のため10ヵ月決算を寄せてくれました。時間に追われて忙しい毎日のことと方面の役に立つなら自分の使ってくださいと方面への信頼を感じる嬉しい言葉がありました。方面会を開いたらみんなで見合いたいと思います。私自身も方面の役に立ちたいという気持ち、行動を大ことに、そしてそれが方面とつながっているという私の中での実感にもなっています。



新年度に向かって

推進委員 小佐野 志住子

今年度はコロナ禍のために皆で夢や希望を語ることも今はまだ難しい状況かと思えます。

こんな年だからこそ、皆さんがどのような思いの中にいるのかを受け止め、会えないからこそ皆で共有したいと考え『あなたの声を届けてください』を出したいと思いました。しかし、

方面リーダーからは自粛続きの中で書けるのだろうか、方面も最寄もオンラインやLINEでもつながれない人が多いのにどう連絡を取り合っていけばいいのかという不安の声も出ました。

また、総リーダー選については、今年は委員会の中から選出してもいいのではないかと、皆さんの候補者が出た時に絞っていきけるのだろうかという意見もありました。しかし、話し合いを重ね、最後は一人ひとりの声が聞きたい、いいことも悪いことも自由に書いてもらい何とか方面で話し合っていこうと方面リーダー皆が覚悟を決めました。

今年『あなたの声』をもとに方面を4つに分けて方面リーダーと推進委員はオンラインを使って話し合います。自分の方面のことだけでなく、他の方面

の様子や思いなどを聞き合いながら共有していきたいと思えます。

委員会では各ブロックで出されたこと、話し合ったことについて進めていきます。どうぞこれからの友の会を作っていく一人として、率直な思いを書いてあなたの声を届けてください。

これからの日程

◇ 1月13日(水)～18日(月)

- (A) 厚別L・新札幌L・平岡L・西L・推進委員
- (B) 白石L・羊が丘L・豊平L・推進委員
- (C) 中央L・三角山L・円山L・推進委員
- (D) 山鼻L・桜山L・真駒内L・推進委員

委員会へ

- ◇ 1月19日(火)委員会 各ブロックの話し合いを報告
- ◇ 1月20日～ 方面で総リーダー候補者を絞る
- ◇ 2月 話し合い・経過報告 候補者は委員会へ加わる
- ◇ 3月 新総リーダー紹介

推進委員

- 小佐野志住子 (白石方面リーダー)
- 丹羽 淳子 (円山方面リーダー)
- 門脇 ますみ (真駒内方面リーダー)
- 北島 美地子 (広報部リーダー)
- 大浦 美知留 (会員部リーダー)
- 阿波加寿美代 (総リーダー)

2020年度

家計簿を広めるために

生活部より「家計簿を広めるために」の報告があり、その中から三角山方面オンライン講習会の内容を紹介しました。

お魚調べから

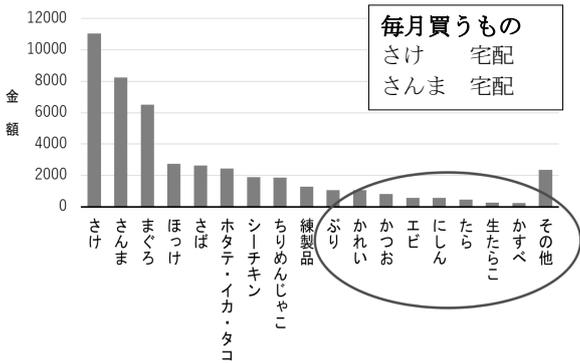
三角山方面 佐々木直子

夫婦ともに40代です。小3の男の子、ワンコが一匹います。友の会に入会し家計簿をつけて7年です。今年の6月パソコン家計簿からクラウド家計簿「みるく」に変えました。

コロナの自粛期間は、家族全員が家で食べるが増えて食費も増えました。副食物費の予算は月47,000円です。9カ月の平均は51,350円でした。肉類、牛乳乳製品、野菜・海藻、菓子類が予算をオーバーしました。今回注目したのは魚介類です。金額だけみると大体予算に近くなっていますが、実際どんなものを食べているのか調べてみました。

クラウド家計簿の検索機能を使って、1月から9月まで食べたお魚の金額を出してみました。予想通り、さけとさんまが1位、2位でした。3位はまぐろ、今年はまだ安かったので子ども

魚介類の内訳 (1月～9月)



もとまぐろ寿司を作ったり、休日のらくちんご飯にしています。ほっけやさばは時々買います。シーチキンとちりめんじゃこは常備しています。塩さけとさんまは毎月宅配で冷凍ものを買って常備しているので困った時に助かりますが、さんまは今年値段が高騰し一時期は冷凍ものも手に入らなくなるかと心配しました。スーパーに行くと、旬のお魚がお手頃価格で並んでいますが、どうやって食べたらいいかわかりません。勇気を出して買ってみますが、インターネットで調理法を検索し見様見真似で作ってみても、普段食べ慣れないお魚ということもあり、なかなか次につながるなかった魚がグラフ右側の魚です。

先日魚の下処理や調理のコツを教えてもらい、ぶりの照り焼きが美味しくつくれるようになってきて家族にも好評でした。その時はいなだを使いましたが、「いなだが出世してぶりになるんだって！」と子どもと調べ、世界が広がったような嬉しい気持ちになりました。色々な魚を美味しく食べるには、ちよつとした下処理のコツや調理法を知っていることが必要だと思っています。この調べをした10月は一生涯懸命お魚を食べましたが、11月になって少し忙しくなると買い物回数も減ってお肉にかたよってしまいました。これからまた魚料理を勉強してさけやさんま以外の魚料理にもチャレンジしたいと思っています。

家計簿の中身を詳しく見ていくと、ぼんやりと感じていたところが、数字ではつきりと表れてくるところが面白いと思います。他の人ともそのことでお話が出来たり、アドバイスをもらえ、自分では思いつかなかったようなことが生活に入ってくるのがあり楽しいです。今回は金額だけでしたが、実際に食べた量も知りたくなりました。我が家の食卓の変化も記録してくれる家計簿、これからもつけていきたいと思えます。

豊平方面 福澤 道子

体調を崩し活動を休んでいたの、一年半ぶりの例会をととても楽しみにしていました。心待ちにしていた総リーダーの読書。阿波加さんが大切にしてきた「家族で囲む食卓の時間」それが離れて暮らす今も家族をつなげていることが素敵だと思いました。我が家の息子も中学生と大学生になり、母親がいなくても大丈夫なことに喜びと共に虚しさも感じていました。切っても切れない関係がいくつになっても安心な落ち着いた場所になるのなら、最後まで母親の責任は終わらないのだと力をもらいました。

また「家計簿からわかる我が家の食卓」の発表にも刺激を受けました。我が家のお魚費は？調味料費は？とさっそく私も家計簿を見直しています。

今回、様々な形でつながろうとする各方面の活動の様子を聞き、新しいツールも使いながら友の会らしい良い交わりへ希望が見えました。パソコンの中でしたが、一人ひとりのお顔を見られて嬉しい時間でした。

真駒内方面 生田 悦子

総リーダーの読書を心待ちにしていました。クリスマス礼拝をしてくださる小友さんの話を先日聞くことができ、集まれるだけではなく、すべてにつながることにつとめましようと言われた言葉が残り、今日と重なり、胸がいっぱいになっています。

家庭味には、責任という言葉があちこちに書かれています。最後まで責任を負ってくれる仲間がいてくれることは友の会の最大の武器であり、コロナ禍にあっても一人ではないんだなあと思える安心感は、大きな大きな支えであるのは確かです。プラスチックフリーなど小さなことでも責任を持って日々の暮らしを大切にしていきたいと改めて思いました。

例会に出席して



真駒内方面 菊地 唯

オンラインで例会につながれたことに感動しています。総リーダーの読書を聞いて、つながれた自分だけでなく、つながれなかった人がたくさんいたことを思いました。私は今最寄りリーダーをしています。例会の画面を撮ったので最寄りラインで送り、例会に参加できたような気持ちになれるように、連絡をこれからしていきたいと思います。

生活部

生活部リーダー 稲村 早苗

皆で家計報告と収支決算を

セツトで出しましょう

今年は何もが生活の変化があった年でした。収入・支出を把握して、我が家の現状を捉え、新しい年を迎えましょう。一人でも多くの提出を待っています。

家計簿を広めるために

今、私たちのできることを

今年度は、コロナ禍にあっても、会員内のような活動が出来ない中でも、会員内にそして外への働きかけとしてその時々で精一杯のことをした年でした。会員の家計力・生活力を強めたい。また、今までのようにお誘いできない中、出来るだけ丁寧な昨年のお客様と関わりたいと願いました。白石方面 12月1日講習会を心待ちにしていたお客様のご希望で自宅に伺い対応。予算生活の家計簿3冊目に挑戦。支出のみの家計簿では得られなかったが、予算があることで大きな支出でも穏やかな気持ちでいられるとの感想を聞くことができました。新札幌方面 12月12日・17日2回のオンライン講習会を実施。有職者、遠方のお客様ともつな

がることができました。

他にパネル展の準備を進めていた方面は、自粛の時期と重なり開催はかないませんでした。これから友の会の活動や願いを発信できる場所があることがわかり大きな前進です。

他の方面でも、お客様から講習会の問い合わせがありました。

◇お客様入場者数

89人

・パネル展 厚別2会場 75人

・オンライン講習会 三角山 5人

・新札幌 2回 5人

・方面会 中央 1人

・最寄会 新札幌 2人

・白石 1人

◇家計簿拡大数 168人 (昨年の72%)

婦人之友社の家計簿をつけ続けている人がいること、毎年の講習会を待っている人がいること、何より、日頃の会員の丁寧な関わりで沢山の人が家計簿を手渡すことができたことに今、喜びと感謝でいっぱいです。

パネル展を終えて

厚別方面リーダー 高橋 佳子

11月に2回のパネル展を開きました。友の会の紹介や私達が勉強している家計のこと、プラスチックフリーのことなどを社会へ向けて発信していきたい。

毎年、家事家計講習会を楽しみにして下さるお客様のために見ていただきたい。そして、私達会員も目標を持つことで元気になることを願いました。

ソーシャルディスタンスを守りながら、北広島市民ギヤラリーでは「暮らしのヒント」として楓最寄の公開最寄を兼ね11月9日〜11日まで開催、厚別区民センターロビーでは「家計と環境」をテーマに13日〜15日の開催でした。今まで使ったことのある表を活用して展示しました。

当日はお客様から質問もあり、特にプラスチックフリーに関心を持たれる方が多く「レジ袋をもらわないようにこれからは努力します」との声や「今日からできること」のシールを貼る参加型の表では、楽しそうに参加していました。家計のライフプランの表を子どもを連れた若い母が興味深く見る姿も見られました。

この様な状況の中でも新しいことにチャレンジができ、皆の気持ちをお寄せ合わせ、外への働きかけができたことは感謝です。



初めてのオンライン講習会

新札幌方面 生活係リーダー

高橋 富美子

初めはオンライン講習会... 今年にはコロナ禍で会員が直接会うことが出来ない活動自粛が続きました...

12月入会1名 *動機

*生活を見直し、色々な話を聞いて勉強したい

柚木崎 由美子 (40代) 小4 中央方面 北田山最寄

奉仕部

クリスマス献金をお願い... クリスマス献金をお願い... 21日にクリスマス札拝が終わり...

ほうれん草とにんじんのナムル



- ① にんじん50gは千切りにしてごま油小さじ1/2で炒める... ② ほうれん草1袋 (180g) は3cmに切って茹で水気をしっかりしぼる...

2021年度

札幌友の会創立90周年に向かって



90周年係 大浦 美知留

「創立90周年に向かって」が始まり、7月号では札幌友の会の成立と友の家について振り返りました...

チ力ホ (札幌駅地下歩行空間) パネル展の予定

・1月16日(土) 10時~15時 友の会の紹介、環境、子ども、家計などのパネルで道行く人に友の会を広くお伝えします。

☆我が家のお正月料理の定番に加えてみませんか

のし鶏 (2013年生活講習お正月料理より)



<材料>

- 鶏ひき肉 200g 玉ねぎみじん切り大さじ1 生姜みじん切り 小さじ1/2 酒、醤油、砂糖各小さじ2...

- ・1/2のひき肉をから煎りする→A 上記をすり鉢に入れよくする。みじん切りにした玉ねぎ、生姜、調味料を入れ再度よくする...

編集を終えて

12月オンライン例会は、コロナ感染拡大のため急きょ拠点に集まらないことを決めました。9ヵ月ぶりの例会をどんなに楽しみにしていた人がいたことでしょう...

札幌友の会ホームページ

皆さんの「おうちじかん」募集します

会員ページでは、会員への連絡や、会報・予定表、各部からのお知らせなどを随時更新しております。冬休み、お出かけがままならない日が続きますが「おうちじかん」を工夫しながら過ごしている様子・お役立ち情報など、皆さんからの情報を募集しています...