

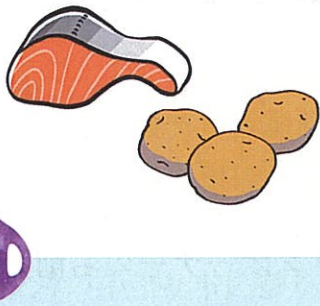
《シーフードコロッケ》

城山文化センター（木曜日）会食会

（材料・4人分） 鮭1切れ、ツナ缶1個、じゃがいも2個（1個120g位）
玉ねぎ1/4個、小麦粉、溶き卵1/2、パン粉、塩・コショウ少々

（作り方）

- ①鮭は焼き、粗ほぐしにする
- ②玉ねぎは、みじん切りにする（しんなりするまで炒めてもよいが、シャキシャキ感を出すため炒めない）
- ③じゃがいもは洗い、皮付きのまま周りに油を塗り（熱効率をよくするため）ラップに包んで8分位レンジで加熱。熱いうちに皮をむき、塩・コショウを入れ、潰しておく
- ④その中にみじん切りの玉ねぎ、ツナ缶（汁ごと）を入れ、よく混ぜる
- ⑤4等分にして形を整え、小麦粉、溶き卵、パン粉の順につけ、180℃の油でカラッときつね色になるまで揚げる
- ⑥千切りキャベツを添えてでき上がり、飾りにブロッコリー、トマトを加えると見映えが良い



コロッケの具の中に生クリーム、マッシュルームを入れても美味しいです！



「支え合う会 みのり」の歩み

- 一九八三年 「稲城の老後を支える会」として発足
- 一九八四年 会食会サービスをスタート
- 一九八九年 「稲城の老後を支え合う会」と改称
毎日型の配食（夕食）サービスを開始
- 二〇〇〇年四月 特定非営利活動法人
支え合う会 みのりと改称
- 二〇〇二年 稲城市委託事業
高齢者食生活改善事業を開始
- 二〇〇三年 稲城市委託事業
かがやき倶楽部みのりを開始
- 二〇一二年 居場所作り「カフェいしださんち」を開始
- 二〇一六年 他機関との地域社会づくり連携事業開始
- 二〇一九年 東長沼に活動拠点を移転

「現在の活動」

- ◎配食サービス
（東長沼の拠点で週5回 月々金）
- ◎会食会サービス・クッキングクラブ梨穂
（公共施設等 9会場で月に延べ（十一回）
- ◎ミニデイサービス『たまりば』
- ◎稲城市委託事業（高齢者食生活改善事業）
- ◎訪問サービス
- ◎居場所作り「カフェいしださんち」
- ◎介護予防・日常生活支援総合事業A
かがやき倶楽部みのり
- ◎他機関との連携事業
- ◎広報活動（会報・ブログ）など

この法人は、高齢者の福祉を自分の問題として考え、支え合いの精神で、在宅福祉活動を行い、支える者と支えられる者が対等な立場を保ち、住み慣れた地域に安心して、生き生きと住み続けられる地域社会づくりに寄与することを目的とする。