

元気発見! 大向

このコーナーでは、大向地区に住む元気な人や風物、又その季節に出会う素敵な光景など、出会いやふれあいの中から見つけた「大向の元気・素敵」を紹介します。

今月は、地吉の「神杉雪子さん」です。

今年、100歳の誕生日を迎えられた雪子さん。人生を振り返って、「昭和10年から20年の戦中・終戦直後、物も食べるものも何もなく、子供を育てる時代が一番辛く苦しかった。」と、その当時の様子を色々話してくださいました。又、今の楽しみは、「週1回、デイケアに行くこと」と「テレビでスポーツを観戦すること」だそうです。8月にあった夏の高校野球大会の熱戦を詳しく教えてくださいととても驚きました。そんな元気一杯の雪子さんが、いつも心がけていることは、「三度の食事はしっかり、ゆっくり摂り、腹八分目にする」



「自分で出来ることだけをする、無理はしない」
「いつも『ありがとう』の気持ちを持つ」こと。
お話を伺っていると、ご家族の見守りの中、穏やかに過ごされている様子が伝わってきて、私の心までとても温かい気持ちになりました。

Q&Aコーナー

【問題】 いじわるクイズです。左脳を働かせ、ひっかけに気をつけて答えて下さい。

- ① 1枚の紙があります。この紙は、切ったり、やぶったりすることなく、10枚にふやすことができます。この紙はなんでしょうか?
- ② ここでは、10に2をたすと12になりますが、9に4をたすと1になります。この場所を答えて下さい。

※答えは来月号にて！(参照：1Qクイズマスターより)

- 先月の答え ①腕を上げる ②目が回る ③手を焼く ④腹をくくる ⑤△を曲げる
- 適当な用紙に氏名、自治会名、答えを書かれて、15日までに公民館のポストに投函下さい。抽選で1名様に粗品を差し上げます。(ご来館頂いた時、粗品をお渡しします。)
- 先月の当選者 藤本孝司さん(二俣上)

珍 かぼちゃ発見!



このかぼちゃは、観賞用です。石の原の仲子咲実さん(仲子酒店)が、作られました。



OOMUKAI TIMES

第41号 / 9月1日発行
大向地区 人口 440人 (男性199人 女性241人)
世帯数 202世帯 7/31現在

発行：大向公民館 情報があればこちらまで

TEL 88-0312 E-mail oomukai-ko@city.shunan.lg.jp



敬老会の飾りを製作中!



みんなで楽しく調理中

大向公民館では八月四日
〜二十四日に『子供の料理
教室と宿題大作戦』を開催
し、大向地区の小学生が参
加していただきました。
料理教室ではお母さんが
日頃から家庭で作ってくれ
るメニューの中から選んで
挑戦してみました。また、
皆でバケツプリンも作って
みました。形も崩れること
なく大成功!
さらに今年は午後から集
団で学習することを目標に
『水辺の教室・ニユースポ
ーツ・敬老会の飾り付けな
ど』に取り組み楽しい一時
を過ごしました。
参加いただいたみんな、
熱い中、お疲れさまでし
た! 来年も色々な企画を準
備して皆の参加を待ってい
ます!

9月の予定(大向地区)

日	曜日	行事予定
1	水	料理教室(9:00～ 大向公民館)
2	木	
3	金	
4	土	景観ワークショップ(9:00～12:00)大道理公民館
5	日	
6	月	
7	火	
8	水	
9	木	
10	金	
11	土	大向地区敬老会(10:30～14:00)【大向小学校体育館】
12	日	翔北中学校運動会
13	月	
14	火	
15	水	やまびこ号巡回(10:00～10:40)
16	木	
17	金	
18	土	
19	日	
20	祝	敬老の日
21	火	
22	水	
23	祝	秋分の日
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	
30	木	

イベント情報

※料理教室が開催されます！

日時:平成22年9月1日(水曜日)9:00～

会場:大向公民館(参加希望の方はすぐに公民館まで連絡下さい！)

内容:季節感を味わう料理

お知らせ

※大向公民館でも各種証明書が即日交付できます！

7月1日から大向公民館でも住民票や戸籍謄本などの各種証明書が即日交付することができるようになりました。皆様、ご利用ください！

敬老の日が近づいてきました！

この機会に我が家の住まいをチェックしてみませんか？

住み慣れた我が家でも、案外気がつかない危険な箇所があるものです。敬老の日も近づいてきましたし、この機会に是非ご自分の住まいをチェックしてみてください。

ポイントは安全です。高齢者の転倒や転落事故は、階段・お風呂・玄関・居間などで起こります。手すり、足を照らす照明、段差の解消などが必要です。



住まいのここをチェック！

第 6 回

超簡単スピードレシピ

今回は魚焼きグリルを使わない

白身魚のみそ焼きです。

※みそならレンジ加熱でも香ばしい焼き色がつきます。

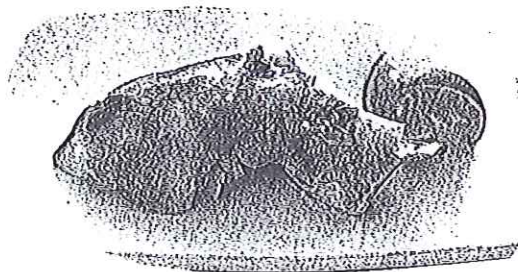
材料（2人分）

白身魚（お好みで）・・・2切れ

すだち・・・1個

A

みそ	・・・	大さじ1
みりん	・・・	大さじ1



作り方

① 魚にみそをぬる。

Aをよく混ぜ合わせ、魚の表面にぬり広げる。

② 魚を加熱する。

耐熱皿の縁に近い場所へ、①を皮を下にして等間隔で並べる。

ラップをかけずに500Wの電子レンジで5分程度加熱する。

③ 盛りつける。

とことどころに焼き色がついたらでき上がり。器に盛り、4つ割にしたらすだちを添える。