

OOMUKAI TIMES

第60号 / 5月1日発行

大向地区 人口 422人 (男性188人 女性234人)

世帯数 197世帯

3/31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

パソコンでご覧になる場合はこちらから→『周南市コミュニティ推進連絡協議会』ホームページ

(<http://gokan-furusato.org/community/community.html>)

第56回向道湖マラソン



仲子 厚男・マツエさんのお孫さんで
小学3年生の仲子 裕真くんが
選手宣誓をしました。



作品はふれあいの
家に展示して
あるよ (^^^)//



チェーンソーアート
林 隆雄さんの作品

四月八日(日)に『第五十六回向道湖マラソン大会』が開催されました。
当日は、好天に恵まれ、春の日差しが降り注ぐ中、大勢の選手が駆け抜け、とても思い深い大会となりました。
地域の皆様、前日の準備から片付けまで、本当にお疲れさまでした！

「孫はやさしい」…どこかで聞いたことがありますか？

「まごはやさしい」とは、食品研究家で医学博士の吉村裕之先生が提唱されているバランスの良い食事の覚え方です。

昔からあるお馴染みの食材で、和食を摂る機会を増やしてみてください。食生活を見直し、あなたも健康長寿を手に入れましょう。

1. ま・・・豆類・・・・・・・・・・タンパク質とマグネシウムが豊富
2. ご・・・ごま、ナッツ類・・・・活性酸素を防ぐ抗酸化栄養素
3. わ・・・わかめなど海藻類・・・・ミネラルが豊富
4. や・・・野菜・・・・・・・・・・ベータカロチンやビタミン C が豊富
5. さ・・・魚（特に青魚や鮭）・・・タンパク質が豊富
6. し・・・椎茸などキノコ類・・・・ビタミン D が豊富
7. い・・・いも類・・・・・・・・・・食物繊維が豊富

第26回 超簡単スピードレシピ

今回は

さつまいもの
黒こしょうきんぴら です。



材料（2～3人分）

さつまいも・・・1本（約200g）
粗びき黒こしょう・・・適量
ごま油・・・大さじ1
しょうゆ・・・大さじ1弱
塩・・・少々



作り方

1. さつまいもは皮つきのまま斜め薄切りにしてから、縦長の細切りにする。
2. フライパンにごま油を中火で熱し、さつまいもをじっくり炒める。
カリッとしてきたら、しょうゆ、塩で味を整える。
3. 黒こしょうをたっぷりとふって、混ぜ合わせる。

5月予定(大向地区)

日	曜日	行事予定	
1	火		その他プラスチック
2	水		古紙・衣類
3	木	憲法記念日	
4	金	みどりの日	
5	土	こどもの日	
6	日		
7	月		可燃ごみ
8	火		びん・缶
9	水	料理教室(9:00～ 大向公民館)	ペットボトル
10	木		可燃ごみ
11	金		容器包装プラスチック
12	土		
13	日		
14	月		可燃ごみ
15	火	やまびこ号巡回(10:00～10:40)大向公民館前	不燃ごみ
16	水		古紙・衣類
17	木		可燃ごみ
18	金		容器包装プラスチック
19	土		
20	日		
21	月	期日前投票 21日(月)～26日(土)まで 投票場所 本庁または総合支所 投票時間 8:30～20:00	可燃ごみ
22	火		びん・缶
23	水		ペットボトル
24	木		可燃ごみ
25	金		容器包装プラスチック
26	土		
27	日	周南市議会議員選挙(7:00～19:00)大向公民館	
28	月		可燃ごみ
29	火		処理困難物
30	水	やまびこ号巡回(10:00～10:40)大向公民館前	
31	木		可燃ごみ

イベント情報

※料理教室が開催されます！

日 時：平成24年5月9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

※周南市議会議員選挙があります！

日 時：平成24年5月27日(日曜日) 7:00～19:00

会 場：大向公民館

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。

向道湖に架かる名橋 「眼鏡橋」

元防長バス路線向道中停留所より徒歩2分の所に、名橋「眼鏡橋」があるのをご存じでしょうか？



この橋は、今から73年前の昭和14年9月、向道湖築造の際、県道徳山線字申合谷に架設されました。当時日本の土木工学の粋を集め施工されたもので、橋脚がアーチ形をなし、又、恰も眼鏡を見るようなところから、「眼鏡橋」と称されています。

春の桜、秋の紅葉等、四季折々に眼鏡橋と共に創り出される情景はみる人を惹きつけ、ここ向道湖の隠れた名所といえるでしょう。



◇ 人事異動 ◇ (敬称略)

○向道湖ふれあいの家館長

《着任》 藤本 敏路

《退職》 秋本 忠則

入学おめでとう！

二十四年度新入生のご紹介

☆ 沼城小学校

山下 唯輝

(黒瀬)

☆ 鹿野小学校

藤村 斗真

(門前)

☆ 須々万中学校

山下 実由

(黒瀬)

貞明 大渡

(下山)

(敬称略)

Q&Aコーナー.....

【問題】 次の漢字の読みは何と読むでしょう？
当てはまる読みをア～オから選んでみましょう。

- | | |
|-------|----------|
| ① 花林糖 | ア) きんとん |
| ② 素 麵 | イ) かりんとう |
| ③ 黍団子 | ウ) ようかん |
| ④ 羊 羹 | エ) そうめん |
| ⑤ 金 団 | オ) きびだんご |

※答えは来月号にて！

- 先月の答え ① $2 - 4 \div 4 = 1$
- ② $6 - 2 \times 3 = 0$
又は $6 \div 2 - 3 = 0$
- ③ $8 \div 2 - 2 = 2$
- ④ $4 + 6 \div 2 = 7$
- 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。)
- 今月の当選者 貞益佳子さん (石の原)



今月の花言葉

「カーネーション」

- 赤：信じる愛、母への愛情
- 白：純愛、愛は生きています
- ピンク：熱愛
- 黄：侮蔑、さげすみ

