

OOMUKAI TIMES



第82号 / 3月1日発行
大向地区 人口 397人 (男性179人 女性218人)
世帯数 199世帯 1/31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>)



新年交流会では、ぜんざい、シフォンケーキを食べながら、情報交換など、楽しい時間を過ごしました。



去る1月28日(火)に、大向コミュニティ婦人部主催の公民館講座『リズム体操教室』&『新年交流会』が開催されました。
リズム体操教室では、最初にイスを使って軽いストレッチ体操をし、最後は音楽に合わせて身体を動かし、とてもいい汗をかきました。

元気をチャージ!



冬もだんだん終わりに近づき、春の足音も聞こえそうな3月。この冬は寒さも厳しく、大向地区の訃報も若干多かったのが気になっているところです。まだまだ寒い大向ですが、へこたれずに元気にこの時季を乗り切りましょう。とはいっても、どうやって乗り切ればいいのかしら・・・?と考えると・・・。

人それぞれ元気の源になるものがあると思います。好きな温泉に行くもよし、カラオケを歌うもよし、美味しいものを食べるもよし。要はこれがしたいあれがしたいという意欲があれば良いのではないかと思います。意欲さえあればあなたも元気は必ずチャージできますよ。その意欲を大切にしてくださいね。

うらかな春は、もうすぐそこです。さあ、今日も〇〇に向かって Let's Try しましょう!

第48回 超簡単スピードレシピ

今回は 5分できる

にんじんのオリーブオイル炒め

です。



レモンの皮+にんにく+オリーブ油 で これ以上ない香りとおいしさ!

材料 (2人分)

にんじん	・・・1/2本 (75g)
オリーブ油	・・・小さじ2
にんにく (皮つき)	・・・1かけ
レモンの皮 (1.5cm×5cm程度)	・・・1枚
塩、こしょう	・・・少々



作り方

- ① にんじんは皮をむいて、1cm角5cm長さの拍子木切りにする。
にんにくは皮つきのまま包丁の腹で押しつぶす。
- ② フライパンを温め、オリーブ油を入れて、にんにくとレモンの皮、①を入れ、強火でさっと炒め、塩、こしょうをして火を止める。

3月予定(大向地区)

日	曜日	行事予定
1	土	
2	日	防災訓練(8:00~11:00)【消防団】 向道湖ふれあいの家周辺
3	月	可燃ごみ
4	火	その他プラスチック
5	水	料理教室(9:00~ 大向公民館) しゃっきり体操(10:00~11:30) 古紙・衣類
6	木	可燃ごみ
7	金	配食サービス(11:00~)【福祉部】 容器包装プラスチック
8	土	
9	日	
10	月	可燃ごみ
11	火	びん・缶
12	水	ペットボトル
13	木	可燃ごみ
14	金	容器包装プラスチック
15	土	やまびこ号巡回(10:00~10:40)大向公民館前
16	日	
17	月	可燃ごみ
18	火	不燃ごみ
19	水	古紙・衣類/処理困難物
20	木	容器包装プラスチック
21	祝金	春分の日
22	土	
23	日	
24	月	可燃ごみ
25	火	びん・缶
26	水	ペットボトル
27	木	可燃ごみ
28	金	容器包装プラスチック
29	土	
30	日	
31	月	可燃ごみ

イベント情報

※しゃっきり体操が開催されます！

日時:平成26年3月5日(水曜日)10:00~11:30

会場:大向公民館

内容:転びにくい足腰をつくるコツ ~しっかり貯筋で!転倒予防~

講師:徳山医師会病院 リハビリテーションセンター

科長 理学療法士 松本 義如 さん

お知らせ

※みんなで集まって大向の懐かしい話をしてみませんか！

日時:平成26年3月13日(木曜日) 13:30~15:00

会場:大向公民館

内容:大向の昔を語ってみたい方はお気軽にお越しください。

どなたでも参加大歓迎!気楽な座談会です。



大向88ヶ所お大師巡いをしませんか!?

今回の巡礼は、北側（二俣、石の原、田代、嶽）です。

日時 3月5日（水）9時30分集合
集合場所 湖畔の店 ログハウス前
持参物 お弁当 水分補給用の飲み物



第四番札所（真ん中）
公民館前

※悪天候の場合は中止です。

お問い合わせ：青木 順恵・藤本 克江・藤本 美由紀

Q&Aコーナー

【問題】 次の文章の()に当てはまる語句を下記から選んで下さい。

桜にはほかの花と違い、美しいことばが沢山あります。現在はあまり聞きませんが(A)、これは花見のこと。平安時代には桜の下で和歌を詠んだりして花見を楽しんだのです。うっすらと紅を引いたような桜の花が集まると、あたりがぼんやりとしてみえませんか？これを(B)といいます。寒い日は(C)、舞い散る花びらを(D)、水に散った桜が流れるのを(E)・・・。桜に関する言葉は変幻自在に形を変え、美しい日本語として親しまれているのです。

花あかり 花筏(はないかた) 桜狩り 桜前線 桜吹雪 花冷え

- ☆ 答えは来月号にて！（出題：漢字パズル&クイズより）
- ☆ 先月の答え ア) 猫に木天蓼 イ) 猫の額 ウ) 猫の手も借りたい
エ) 猫も杓子も オ) 猫に小判
- ☆ 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して下さい。抽選で1名様に粗品を差し上げます。ご来館頂いた時、粗品をお渡します。



Q「大向のいいところ」を教えてください。

とにかく平和なのが一番いい。そして、優しい人ばかりで人情がいい。

下山 藤本一男さん

今月の花言葉
 「すずらん」
 幸福が訪れる

