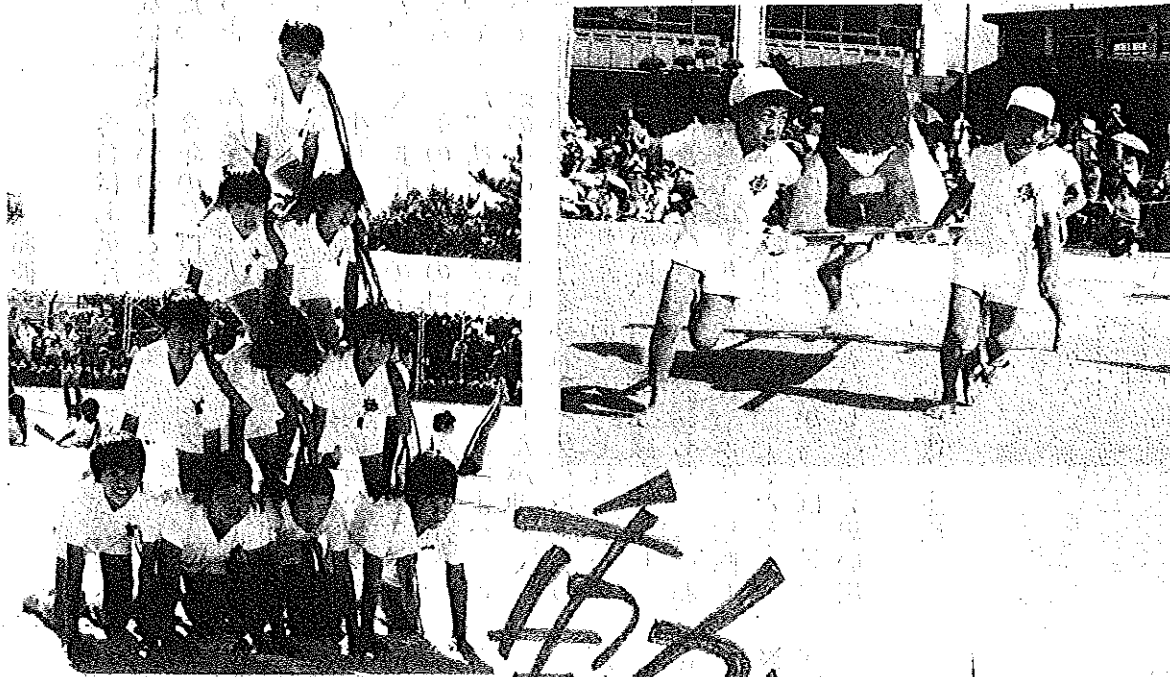




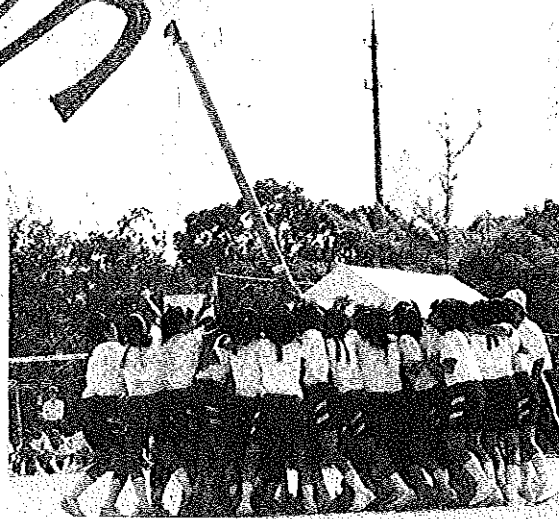
# ふれあい

記事と情報は下記へ  
周陽公民館  
☎28-6515

10月の資源回収日は11日(第2日曜日)です。



## 新米



### 講座生莚券集

日本の文化に親しんでみませんか。お待ちしております。

▶茶道 毎月第一・三月曜日  
午前九時三〇分

▶大人正琴 毎月第一・三水曜日  
午前一〇時



### 【莚券 佳木】

ボイススカウト徳山第1団  
新入隊員 を募集しています。

野外活動を通じて心身を鍛え、行動力を養うことなどを目的とし、さまざまな奉仕活動も行っています。忘れられがちな自然の偉大さ、自然の大切さ、子どもたちに知ってもらいたいですね。

対象 年長組から大人まで

男女問わず

問い合わせ 周陽一丁目

川戸 亜孝

☎二八二二八五

### 十月の主な行事

- (公) 一日 あいさつ運動
- (公) 一日 家庭教育学級
- (幼) 四日 秋季大運動会
- (公) 六日 同和教育自治会研修会
- (公) 七日 介護教室
- (中) 七日 マラソン大会
- (中) 九日 校内近郊高校説明会
- (公) 十一日 資源回収
- (公) 十四日 育児相談・介護教室
- (公) 十五日 食事交歓会
- (公) 十八日 ふれあい運動会
- (公) 十九日 介護教室
- (中) 二十一日・二十二日 中間試験
- (小) 二十二日・二十三日 全小国研徳山大会
- (公) 二十四日 おもしろ文庫
- (中) 二十五日 周南地区中学校 相撲大会
- (小) 二十六日 鍛錬遠足(1.3.4.6年)
- (公) 二十六日 基本健康診断
- 十一月
- (公) 一日 あいさつ運動
- (公) 一日 家庭教育学級

### 公民館

### 俳句教室

九月九日

重陽・いわし雲

赤松 菫子 選

登高やむかひ江田島こ音戸

智

縹雲はね返り来る貨車の音

滝子

サンガラスはずして老に戻りけり

かほよ

草千里牛点々と秋の雲

雅哉

月澄めり川底までも透き通る

喜美子

薔薇染めのハンカチの風秋暑し

直美

### あとがき

いただきもの、新米・秋の野菜や果物が夕食に並ぶ。きょうは釣りたての魚で「お刺し身」つきの豪華版。我が家で楽しめる旬の味。これぞ最高の贅沢。



料 理 メ モ

オムライス

- 〔材料〕 4人分
- 卵 8ケ
  - ご飯 茶碗4杯分
  - 鶏胸肉 1枚
  - 玉ねぎ 1ケ
  - 生しいたけ 8ケ
  - グリーンピース(冷凍) 大さじ4
  - バター 大さじ5
  - トマトケチャップ・塩・胡椒 適宜

- 〔作り方〕
- ①しいたけ、鶏肉、玉ねぎは1cm角に切る。
  - ②フライパンを中火にかけ、バター大さじ1を溶かし、玉ねぎ、しいたけを炒める。しんなりしたら鶏肉を加え、火が通ったら塩、こしょうを少々加える。ご飯とグリーンピースを加え、炒め合わせて塩こしょう各少々加え、トマトケチャップ大さじ4を混ぜて4等分にし、皿に移す。
  - ③ボールに卵2ケを割りほぐし、塩、こしょうを各少々混ぜる。フライパンにバター大さじ1を入れて中火で溶かし、卵を入れる。一度大きくかき混ぜ、半熟になったら1/4の量のご飯をのせて、卵の両側から包むように形作り、フライパンの縁から皿にすべらせて入れる。残りも同様に作り、それぞれ好みの量のケチャップをかけていただく。

子ども達の大好きなおムライス！  
ピーマン、にんじん等もこっそり混ぜて  
食べたら誉めてあげましょう。



- ①付近の道路は駐車禁止です。コミュニティ広場に駐車して下さい。
- ②ゴミは、各自ご家庭にお持ち帰り下さい。
- ③準備運動はしっかりしてケガには気をつけて下さい。
- ④貴重品は持って来ないで下さい。

つづきやま

我が家の三人娘はほとんど家にいない。いつも外で遊ぶ。夕方暗くなるまで帰って来ない。今しか遊べないのだと思うと納得するまでしっかり遊んで欲しい・・・と思いついつい帰って来るまで待つてしまつ。帰って来ると「お風呂、ご飯、ハミガキ、おやすみ・・」と嵐のようだ。朝晩涼しくなりとても過ごしやすくなつてきた。食欲の秋、芸術の秋がやって来たのだ。先日、子ども達が拾ってきたくれた銀杏をきれいに洗ってペランダに干した。干された銀杏を見るたびに長女は「茶碗蒸しを作つてね」と言う。「いよいよ」と答えているのに今だに食卓に出てこない。たまには早く帰ってきてもらつて、お互いゆつくりと秋を満喫するためにもペランダの銀杏に力を借りて、子ども達と一緒に茶碗蒸しでも作るのかなと思う今日この頃です。

(三十代 主婦)

お彼岸

今日はお彼岸の中日。娘の眠る墓地へ涼しい中にと急ぐ。今年の夏はさぞ暑かつたろう、と言わんばかりに主人が墓石や玉砂利にしきりに水を打つ。にっこり笑う娘の顔が目につく。少し坂を上がると長田家の墓が目につく。長田先生のお墓であるうか。その昔、娘の目が赤く腫れた事があつた。私が「涙腺を掃除してあげよう」と娘の髪の毛を抜いて掃除したが効なく、ついに長田先生を訪れた。先生は流行り目と診断されたとのこと。それで言わなければいいのに、「母に涙腺を掃除して貰いました」と先生にお話したら「ほお、お母さんは器用だね。僕も涙腺を掃除して貰おう」と冗談。「いつでもどうぞ、初診料は不要です」と私が言えば、娘は「よく言つよ」と大笑いした事を思い出しつつ帰る。

(七十代 主婦)

研修旅行

行楽のシーズン到来。今年も婦人部では左記のような楽しい日帰り旅行を計画致しました。秋の一日を一緒に過ごしませんか。参加ご希望の方は会費を添えてお申込み下さい。

- ★日 時 十一月十二日(木)
- 午前八時～午後四時三〇分
- ★行き先 萩美術館浦上記念館
- 松陰神社・笠山・蒲鉾工場
- (ショッピング)等
- ★定 員 先着四十名
- ★会 費 一人二五〇〇円
- ★締切り 十月三十日(金)

※定員になり次第締切ります。申込みお問い合わせは公民館まで。

☎二八一六五一五

募集

お願い

〔共同募金〕チャリティーバザーへの  
出品ご協力を

- 健康と福祉を考えるつどいの付帯行事としてチャリティーバザーが開催されます。収益金は共同募金の寄付金として取り扱われます。みなさんの温かい「たすけあいの心」でご協力をお願い致します。
- ◇日 時 十二月五日(土)
  - 十二月十三日
  - ◇会 場 市民館一階第一会議室
  - ◇出品物受付 周陽公民館にて
  - 十一月末日まで随時