

## 「おうち時間」もけっこう面白い

社会教育指導員 西 孝一

山椒（さんしょう）の若葉を刻んで酢味噌と和え、茹でた孟宗竹のタケノコの刺身を頂く。これが実に美味しい。わたしの大好きな春の一品だ。昨年、NHK テキスト「きょうの料理」2021. 5月号に「山椒醤油」が載っていた。山椒の実を醤油に漬けて山椒風味の醤油をつくるというもの。なぜか惹かれて、レシピをもとにして作ってみることにした。

実家から実山椒を採ってきて、緑色の実を一粒ずつ小枝から外して茹でる。その後、酒と醤油で煮る。難なく自家製山椒醤油ができた。出来上がりすぐの実山椒をかじってみたが、青臭くて舌先に強いしびれが残り、かじったことを後悔した。しばらく置くほうが、一層風味が出る。冷蔵庫で3か月ほどの保存が利く。テキストどおり、冷や奴、卵かけご飯に山椒醤油をかけてみた。妻の反応はイマイチだったが、辛みやしびれ感はなく、山椒の風味がほんのりと醤油に移って美味かった。自画自賛である。今年は、山椒オイルに挑戦したい。



～自主学习グループの紹介～

健康体操 毎週火曜日9:30～

### 体を動かし、元気はつらつ！

コロナ禍による度重なる自粛生活に内心うんざりしているのは私だけでしょうか。毎週火曜日の午前9時30分から11時30分まで体操をしています。コロナで体調不良を起こしていませんか？

マスク着用と換気も考えながら間隔をあけて、体を動かしています。

60～80歳後半の皆様で体力づくりに励んでいます。興味のある方は、2階ホールでやっています。ぜひ一度見学にいらっしやいませんか。お待ちしております。



活動風景

【新刊の案内】 吉田公民館の本を手にとれば 心はいつも晴れ模様！



【一般書】

- ☆ 奇跡／林 真理子
- ☆ ラクする自愛ごはん／上田 淳子
- ☆ なせ九州のホームセンターが国内有数のDX企業になれたか／柳瀬 隆志

【児童書】

- ☆ ようかいむらのふしぎとしょかん／たかい よしかず
- ☆ どっちが強い？からだレスキュー／ホットブラッドソウルズ
- ☆ のはらクラブのこどもたち／たかどの ほうこ

令和3年度

いじめに関する標語優秀賞

「きこう おともだちのきもち いおう じぶんのきもち」



～吉田公民館でつと、学んでみませんか～

# 夏季講座の募集

6月1日(水)～6月20日(月)



※「新型コロナウイルス感染症」のため、中止・延期になる場合もあります。

区分	講座名	学習内容	回	時間帯	講師(敬称略)	定員
少年	夏休みキッズヨガ教室 (小学生～中学生)	ヨガの基礎・基本を学び、 体づくりに役立てる。	1	7/23 9:30～11:30	いきいきひまわり会会員	15
	夏休みキッズ太極拳教室 (小学生～中学生)	太極拳の基礎・基本を学 び、体づくりに役立てる。	1	8/2 13:30～15:30	さわやか太極拳会員	15
	夏休み子ども絵画教室 (小3～小6)	絵画の基礎・基本を学び、 絵を描く喜びを味わう。	2	8/4, 5 9:00～12:00	元美術科教師 濱田 健	15
	夏休み親子七宝焼き教室 (託児有)	七宝焼きの基礎・基本を学 びながら楽しく作品を作る。	1	7/21 9:00～12:00	七宝焼き指導者 久富木原 睦美・妙	30 (15組)
親子	夏休み親子陶芸教室	親子でふれあいながら、楽 しく陶芸作品を作る。	3	7/25, 26, 8/22 9:30～11:30	陶芸教室会員	10 (5組)
	夏休み親子おやつ作り教室 1組(小学生)(託児有)	親子でふれあいながら、楽 しくおやつを作る。	1	7/29 9:30～12:30	料理研究家 細谷 ふじみ	6 (3組)
	夏休み親子おやつ作り教室 2組(小学生)(託児有)	親子でふれあいながら、楽 しくおやつを作る。	1	7/29 13:30～16:30	料理研究家 細谷 ふじみ	6 (3組)
	夏休み親子絵手紙教室	親子でふれあいながら、楽 しく絵手紙等を制作する。	1	7/27 9:30～11:30	絵手紙指導者 徳山 和子	10 (5組)
	夏休み親子工作教室	木の実など、身近な材料を 使って工作を楽しむ。	1	8/5 13:30～15:30	県立青少年研修センター職員	30 (15組)

## 【講座の申込み方法】

- **往復はがきによる申込み** ※ 6月20日(月)消印有効

※ 往復はがきによる申込みは、1つの講座につき、1枚のはがきが必要です。

※ 親子講座は、親子の氏名・性別・年代(小中学生は学年、未就学児は年齢)を記入してください。



往信(表)	返信(裏)	返信(表)	往信(裏)
<input type="checkbox"/> 〒891-1392 送信 鹿児島市吉田公民館 鹿児島市本城町一六九六	何も書かない	<input type="checkbox"/> 返信 氏 名 自分の住所	①希望講座名 ②氏名(フリガナ) ③年代(小・中学生は学年 (未就学児は年齢) ④住所 ⑤小学校校区 ⑥電話番号 【※託児有の講座】 ⑦託児希望の有無(生後6か月以上) ⑧子どもの氏名・年齢 ⑨手話通訳希望の有無

〈注〉【託児有講座の場合】については⑦託児希望の有無、⑧託児を希望する子どもさんの氏名・年齢を記入してください。

- **公民館窓口での申込み**

※ 公民館受付に置いてある所定の申込用紙で申し込んでください。また、その際は、申込用紙と自宅の住所、氏名を記入した郵便はがき(申し込まれる講座の枚数分)を提出してください。

★**キュートピアネットシステム**での申し込みはございません。