

3月 速川公民館だより

令和7年3月1日
氷見市速川公民館
氷見市小久米 93 Tel.76-1781

2月12日(水) 魚さばき方体験(速川公民館)

速川公民館のランチルームで「魚さばき方教室」を行った。魚さばき方の講師の高瀬勇さんから今年は、参加者18人にイワシの刺身作り方、アジ、などを三枚おろしの手順を学び、イワシで甘露煮を作りのさばき方、メジマグロの刺身作り(時間と技術の関係で、これはほとんど高瀬さんが作っていただき参加者は切るだけの作業)さばいた魚は夕食にと各自家に持ち帰った。



■ 2月1日(土) 市食生活改善推進協議会速川支部が男性対象の料理教室主催(速川公民館)

生活習慣病の予防、改善をテーマに参加者10名にバランスの良い食事を取る大切さを知ってもらう。参加者は自身の身長体重に合った一食分のご飯の量を計算し、改善には、減塩や一日に必要な野菜摂取することが大切と学んでもらう。ごはんと鶏のささみのソテー、小松菜とちくわのショウガ炒め、さといものクリーム煮など4品を調理し、試食し健康になる為の大切な時間をすごしました。



速川短歌会詠草(第二百二十二回)令和七年二月十七日「月」

病窓は生れて始めて見る景よ 高瀬 利枝

九十歳色の鷺が横切る

春の歌しるされぬし案内状 武内 稔

歳末の歌会の浮び来む

正月に忠臣蔵の映画見て 大橋 良幸

涙ながしていつまでもいる

日の暮れり厨が灯る夕食に 待嶋 儀彰

我が村味噌の味は旨かり

卒寿すぎ旧友は施設にあの世へと 堀田 晴美

淋しきこころへ自分らしくと

俳壇

きらきらす枝にふるれば薄氷かな

明け方も灯火見ゆるや受験子の
枝から枝すがた見せずに鶯の

コッペパン

大和 斉様、長い間俳句をありがとうございました。

※俳句者を募集しています。よろしく願います。

■1月29日(水) JICA 研修生外国人8人はワラの亀づくり体験 (速川まちづくり協議会)

JICA 研修生外国人(カンボジア、ラオス、アルバニア、ボスニア、ヘルツェゴビナ、エクアドル、東ティモール、8人)と通訳、県関係者などは、ワラ細工床鍋のおばあちゃん3人からワラで作る「亀づくり」を学んだ。

外国人全員が、こんな体験は初めてだと心から喜んだ。「ご老人が、こんな捨てるワラから物を作り、販売までこなし、元気で仕事をしていることに驚いた」「私たちの国にも老人たちが活躍できることが、きっと何かがあるはずだ」と自分たちの国に帰って何かを考えて行きたいと外国人たちは、感動してくれた。おばあちゃんたちと個人的に沢山の記念撮影をしていた。



■2月20～21日(木・金)速川まちづくり協議会は淡路島へ視察研修

速川まちづくり協議会のメンバー12名は、観光農園、特産品加工、公園の整備などを学ぶために淡路島へ研修に行く。主に新幹線で移動、視察先は、まずは①「パルシェ香りの館」②「兵庫県立公園あわじ花さじき」次の日には③「淡路島国営明石海峡公園」④「兵庫県立淡路島公園」⑤「道の駅あわじ【松帆アンカレイジパーク】」「あわじ花さじき」「パルシェ香りの館」ではお客様に来てもらうための苦勞は、映画のロケ地であったりするが、季節に応じて花を咲くように工夫をしたり、水不足で貯水槽を作ったり、香り園ではラベンダーのアイスクリームなど常に新商品を開発していく必要があるようだ。補助金あるが経営は苦勞しているようだ。明石海峡大橋も今と昔とは意味合いは違い淡路島は四国の通過点に過ぎないとも言える。



■2月19日(水)ちょこっとカフェ&「スマホ教室」(速川まちづくり協会)

参加者10人と講師2人、①翻訳アプリ②映画の予約方法③マイナポータルアプリ④e-Taxについて勉強した。次回の「スマホ教室」は3月19日(水)14時から16時です。



3月のご案内

講座名	曜日	時間
生け花(嵯峨御流)	第2・4木曜日	19:30～
書道(漢字)	第2・4木曜日	19:30～
詩舞	毎週土曜日	19:30～
書道(かな)	第1・3土曜日	14:00～
百歳体操	毎週月木曜日	19:30～
茶道(藪内)	第2・4金曜日	19:30～
新舞踊・剣詩舞	毎週火曜日	19:30～
短歌	4月21日(月)	13:30～
生花(池坊)	第1・3金曜日	19:30～

*介護予防「にこにこ教室」は毎週 火・金曜日

3月の予定

3月8日(土)1人暮らし高齢者へ配食サービス

西の杜学園卒業証書授与式 3月13日(木)

西の杜学園前期課程修了を祝う式 3月14日(金)

3月19日(水)スマホ相談会 14:00～

3月22日(土)速川保育園卒園式、修了式

速川保育園閉園式 1

3月末予定・速川公民館検討委員会

※6年度最後の防犯パトロール実施日

3月11日(火) 2班