



## 生涯学習市民講座 ご報告

YANAGI 手しごと塾

### プリザーブドフラワー体験 ～大人の花時間～



中生 直子 さん

2月9日(月)講師に職員の中生直子さんを迎え、プリザーブドフラワー体験を開催しました。中生さんは、この日が講師デビュー。少し緊張気味でしたが、参加者の方も初心者さんばかり。座学の後、いよいよフラワーポットを作っていきます。「バラの花びらを広げるために、花びらの間に綿を詰めてください。」みんな一斉に「どういうこと～??」と、理解が追いつかず…。思っていた以上に細かい作業が多く、悪戦苦闘されている様子でした。花材に針金をつけ、フローラルテープを巻き付けるなど集中力と根気が求められました。その分、仕上がった時は、達成感と喜びでいっぱいでした。



細かい作業に全集中です!!



お隣同士で教え合い  
ここはどう?



みんなかわいくできました♡

#### 【参加者の声】(抜粋)

- ♪ 初めてでむずかしかったですが、楽しかったです。
- ♪ 色々なものを作り上げる時間は、ワクワクします。
- ♪ 楽しい時間を過ごせました。またお願いします。
- ♪ 手間ひまかけたぶん自分で作ったものは、かわいいですね。



日	曜	3月の行事予定
3	火	乳幼児なんでも相談
4	水	子育てフリースペース
9	月	生涯学習市民講座「アロマスイーツ」
11	水	健康料理
18	水	子育てフリースペース
20	祝	春ウォーキング
22	日	町内クリーン作戦 
25	水	健康相談
25	水	ふれあい昼食交流会
26	木	ワックス清掃

※場合により中止または延期になることがあります。ご了承ください。

#### 【ワックス清掃についてお知らせ】

3月26日(木)はワックス清掃のため、ご利用の際にご迷惑をお掛けいたします。ご協力の程、よろしくお願いいたします。

### ご卒業おめでとうございます 卒業証書授与式

柳西中学校 3月12日(木)  
大里柳小学校 3月18日(水)

新しい旅立ちを心よりお祝い申し上げます



### 町内クリーン作戦のご案内

3月22日(日) 8:00～8:30

集合場所: 大里柳自治公民館 ※雨天中止



自宅周辺からゴミを拾って公民館に来てください。  
受付後に解散となります。

ゴミ袋は自宅にあるものをご利用ください。

【主催】大里柳まちづくり協議会  
電話: 381-3400

### おしらせ

門司区役所 母子保健事業

令和8年度 大里柳校区  
妊産婦・乳幼児なんでも相談  
毎月第3火曜日 10:00～11:30

4月  
から



# 「おこづかいってどうつかう？」& 「飾り巻きずしづくり」

1月24日(土)大里柳小学校の親子対象に家庭教育講座を開催しました。

最初に J-FLEC(金融経済教育推進機構)の木原美恵氏から「おこづかいから学ぶお金の話」をしていただき、「お金の役割」、「貯金の大切さ」など、クイズを交えて親子で学習しました。



その後、大人と子どもにわかれ、子どもたちは講師 木原美恵氏 貯金箱作り、大人は 子どもの成長にかかる教育費や投資信託のお話を聞きました。参加された方からは、「親の話は聞かなかつたりするので、とてもいい機会になりました。」「金融リテラシーを持った大人になって欲しいと思いました。」などのお声をいただきました。



講師 下澤徹子 氏

その後、JSIA 飾り巻き寿司インストラクターの下澤徹子氏をお迎えして、親子で飾り巻きずし作りに挑戦！親子で声をかけあい協力しながら、作りました。言われた順番に具材を並べて巻きずしで形を整えるけど、これはいったいどんな絵柄になるのだろう...？ワクワクしながら包丁で切った瞬間、「すご〜い！」「できた〜！」と歓声があがり、笑顔があふれました。

食べるのがもったいないけど早速パクリ！お味もバッチリ♪  
親子で楽しいひと時を過ごすことができました。



↑絵柄の正体は...  
今年の干支の午でした！

参加者の声(抜粋)

- ★子どもも喜んでおり、参加してよかったです。
- ★初めての飾り巻き寿司でしたが、すごく楽しかったです。
- ★午の絵柄が難しく、切ってみると上手にできていてうれしかったです。
- ★おいしくて、楽しかったです♪(子ども達より)

門司区保健福祉課より 栄養士さんのおはなし

## 災害への食の備え できていますか？

災害はいつ起こるかかわからない、発生すると私たちの生活に大きな影響を与えます。「もしも」の時のために「今」できることを考えて準備しておきましょう。

### 「食品の家庭備蓄」のすすめ

#### ●なぜ「食品備蓄」が必要なの？

災害が発生し、日常とはかけ離れた生活を余儀なくされた時に、温かく、栄養バランスのとれた食事があれば、心と体が満たされ、前向きな思考と元気に活動するエネルギーが湧いてきます。

#### ●どのくらいの備蓄が必要？

飲料水 3日分(1人1日3ℓが目安)  
非常食 3日分の食料



※大規模災害発生時には、「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。物流機能の停止により【1週間】は食品が手に入らないことが想定されます。

普段使用する食品を少し多めに買い置きし、消費した分を補充することで、手軽に備蓄に取り組むことができます。



【参考】農林水産省「災害時に備えた食品ストックガイド」

### 何を準備しておけばいいの？

【家庭備蓄の例】1週間分大人2人の場合

<b>必需品</b>	水 2L×6本×4箱 ※1人1日およそ3L程度(飲料水+調理用水)	お好みのお茶や清涼飲料水なども、あると便利!	カセットコンロ・カセットボンベ×12本 ※1人1週間およそ6本程度
<b>主食</b> エネルギー炭水化物	米 2kg×2袋 ※1袋消費したら1袋買い足す(1人1食75g程度)	乾麺(うどん・そば・そうめん・パスタ) ・そうめん2袋(300g/袋) ・パスタ2袋(600g/袋)	<b>その他(適宜)</b> ・LL牛乳 ・シリアルなど
<b>主菜</b> たんぱく質	カップ麺類×6個	パックご飯×6個	<b>缶詰(肉・魚)</b> ・お好みのもの18缶
<b>副菜</b> その他(適宜)	<b>レトルト食品</b> ・牛丼の素、カレー等18個 ・パスタソース6個	<b>日持ちする野菜類</b> ・たまねぎ、じゃがいも等	<b>調味料</b> ・砂糖、塩、しょうゆ、めんつゆ等
	<b>梅干し、のり、乾燥わかめ等</b>	<b>野菜ジュース、果汁ジュース等</b>	<b>インスタントみそ汁や即席スープ</b>
			<b>チョコレートやビスケットなどの菓子類も大事!</b>