



地域de防災・いきいき子ども講座 防災サバイバル飯

9月6日



今回は「防災の日」にちなみ米田先生をお迎えして、防災について教えてもらいました。3つの班に分かれサバ飯(サバイバル飯)に挑戦しました。水道が使えない事態を想定し、班に与えられた水はペットボトル2本のみ。その水だけで4品のサバ飯を作りました。ツナ缶を使ったコンソメパスタ、湯せんで作るオムライス、塩昆布とお茶であえた切り干し大根、焼き鳥缶を使ったリゾット。他にも炊飯器を使わずにご飯を炊きました。炊けたご飯はラップで包んでおにぎりに。食べる時はどうすれば洗い物を少なくできるかを自分たちで話し合い、皿にラップを敷いたり、小さい皿を選んだり、一人ひとりが積極的に意見を出していました。米のとぎ汁も無駄にせず、浄水器でろ過して飲んでみました。一番節水できたのは黄色チームでしたね！これを機に家でも防災について話し合ってみてください。



健康ランド ファイブ・コグ

8月29日

今年で5年目となる恒例のファイブ・コグを開催しました。ファイブ・コグは、現在の記憶力や注意力など5つの機能の状態を知るために、映像の問題に答える筆記検査です。認知症の検査ではなく、自分の認知機能を知るきっかけになり、日々の生活で意識し認知症予防に繋がることが目的です。検査後は受講者どうし、話に花が咲きとても盛り上がっていました。



学びの館 つまみ細工にチャレンジ

9月10日

今年度新たに始まった学びの館。第1回目はつまみ細工作家の関幸江先生をお迎えし、クリップにもなる2wayブローチを作りました。初めてという方がほとんどでしたが、先生のわかりやすく丁寧な指導のおかげで、個性あふれる素敵な作品ができました。



夏休み期間中、大原校区育成会主催の夜間非行防止パトロールを行いました。参加いただいた皆さまありがとうございました。



●児童見守り(あいさつ)のご協力のお願い●

犬の散歩や買い物、花の水やりなどをなるべく登下校時にお願いします。



いきいき子ども講座 陶芸体験

9月20日

今回は芸術の秋にちなみ、陶芸のお皿作りに挑戦しました。22名の参加があり、造形から絵付けまで取り組みました。テキパキと講師を務めてくださったのは、工房スマイルの樋口先生です。粘土を平らにしたあと、4本の指を使ってお皿のふちを立ち上げるのは力加減が難しい作業でした。色塗りも全集中で頑張りましたね。デザインを考える姿がとても楽しそうでした。みんなのお皿は窯入れ後、11月に仕上がる予定です。完成が楽しみです。



カムカムキッチン 健康料理講座

9月3日

第1回目のカムカムキッチンは北村真知子先生をお招きし、健康料理を作りました。メニューはアクアパッツァ、ジャガイモと豚肉の塩炒め、きゅうりと大根の香味あえ、りんごとプルーンの甘煮の4品です。どれも夏の疲れた体を癒す食材を使っているそうです。「最近あまり凝った料理をしていない。」という方もいましたが、あっという間に出来上がり、ゆっくりとおしゃべりする余裕がありました。



参加者からは、「彩りもよく簡単にできて美味しかった。家でも作ってみたい。」との声が聞かれました。

大原小学校の2年生46名が見学にきてくれました。市民センターの役割を学び、卓球や運動の体験をして終始元気いっぱいの子どもたちでした。



OPEN 12:00

おおばる食堂



日時 10月25日(土) 12:00~ (受付は13:00で終了)
メニュー カレーライス(1人1杯まで)
※アレルギー対応はしていません
会場 大原市民センター
定員 先着90名程度

おとな
※高校生以上
200円

こども
※中学生まで
100円



大原小学校の児童(同伴の大人も可)はこちらのQRコードからお申込みください。受付は10月14日(火)9:00開始です。

地域にお住まいの方はお電話でお申込みください。受付は10月16日(木)9:00開始です。

お申込み・お問合せは 「おおばる食堂運営委員会」

☎612-6914