



竹仁地域センターだより



◇◇平成27年度◇◇ No. 50

きて！みて！おもしろ体験講座

みんなでしっかりカルシウムを摂りましょう。
夏休み親子で作る簡単料理講習



今日の献立

- ★フライパンで具たくさんピザ
- ★まぜまぜコーンスープ
- ★ふわとろマシュマロデザート

参加者
全員で
ハイ！
ポーズ



8月11日（月）、きて！みて！おもしろ体験講座を開催しました。
夏休みの真っ只中、真っ黒に日焼けした子どもたちが参加してくれました。
カルシウムたっぷりの料理を勉強しました。夏休みに、家族の人たちと出来る簡単メニューに挑戦です。ピザは生地からの手作りです。
具材は、ウインナー・ゆで卵・プチトマト・枝豆・マッシュルーム・2種類のチーズです。フライパンで焼き上げる方法で、お家の人と一緒に作ってほしいなと思いました。包丁さばきも上手で、ピザの飾りつけもセンスよく配置できていました。まぜまぜコーンスープは、冷たくしていただきました。おいしいー!!
マシュマロデザートは、ポリ袋でモミモミして混ぜ合わせます。
これも冷たくしていただきます。フワフワ、トロトロでした。
今日の献立で、カルシウム354mgがとれます。（一日に必要なカルシウムの約半分です）



主催講座報告

ようこそ！男のキッチンスタジアムへ！



- 今日の献立
- ★キーマーカレー
 - ★チャパティ
 - ★水ようかん
 - ★コールスローサラダ
 - ★焼き茄子



当日、誕生日の方がおられました。73歳です。さて、どなたでしょうか？ Happy Birthday を歌いお祝いしました♪

真夏の暑い8月3日の、男のキッチンスタジアムです。腕に覚えのある人も無い人も一同に会し、夏野菜を使用したカレーに挑戦しました。チャパティも焼き、カレーを付けて食べました。カレールーは使用しないでいちからの味付けです。とても美味しく出来上がりました。水ようかんも市販のものに負けない上品な味でしたよ♪ 夏休みに帰省する孫たちに、自慢の腕を振るってほしいと思いました。次回は炊き込みご飯と魚料理です☆☆☆☆



キーマーカレー作っています



コールスローサラダです



チャパティを作って焼いています

救急救命講座

いざという時、あなたは何が出来ますか？



マネキンを使っ
ての
説明です



マネキンを使用しての実践体験中です。心肺蘇生30回→人工呼吸2回の繰り返しです



井口防犯防災部会長のお話を聞いています



8月17日(月)、防犯防災部と一緒に救急救命講座を開催しました。当日は『竹仁のえんがわ』サロン開催日で、たくさんの参加者が、いざというときあなたは何が出来ますか?の為に北分署の救命士さんから心肺蘇生の仕方、AEDの使用方法を学びました。積極的に実践体験や、質問も出て有意義な講習会となりました。また、昨年の広島土砂災害の教訓から、大雨のときの避難の仕方等教わりました。慌てない為の知識はとても大切だと痛感しました。次回は健康福祉部会と女性会とで、救急救命講座開催の予定です。是非、参加してくださいね♪



竹仁地域センター9月の予定・利用表



日	月	火	水	木	金	土
		1 いい友書道会 パンジー同好会 カントリークラフト 珠算教室	2 書道教室 銭太鼓 3MI (アースバック について)	3 かたくりの会 太極拳	4	5 すいすい倶楽部 <i>Dream・Dream 夢</i>
6	7	8 珠算教室 竹仁カラオケパートⅠ	9 ペン習字 書道教室 銭太鼓	10 すみれの会 太極拳	11 藍染マフラー ダックスフンド	12 <i>Dream・Dream 夢</i>
13	14 健康ヨガ	15 カントリークラフト 珠算教室	16 書道教室 おばちゃんの 知恵袋 銭太鼓	17 かたくりの会 太極拳	18	19 ふれあいスポーツ大会 (竹仁小学校) <i>Dream・Dream 夢</i>
20	21 休館日	22 休館日	23 休館日	24 すみれの会 太極拳	25 ダックスフンド	26 福富地区敬老会 <i>Dream・Dream 夢</i>
27	28 竹仁のえんがわ サロン 映画鑑賞	29 珠算教室 竹仁カラオケパートⅠ	30			

※8月22日現在で使用許可申請の提出があった団体を記載しています



地域行事のご案内



★ふれあいスポーツ大会

9月19日(土曜日)竹仁小学校グラウンドで、ふれあいスポーツ大会があります。
竹仁の住民と子どもたちが一体となって繰り広げられるスポーツの祭典です。
地区別に分かれての対抗戦、昨年は郷谷地区が優勝しました。
最後のリレーで大逆転優勝でした。
参加したり応援したり、半日ですが一緒に集い楽しみましょう。

★福富地区敬老会

9月26日(土曜日)湖畔の里 道の駅ホールで、福富地区の敬老会があります。
竹仁地区の対象者は208人です。
小学生による敬老作文、警察官による防犯のお話、菜の花エコーズによるコーラス。
広島新庄高等学校の生徒による『神楽』があります。
対象者の方は、是非ご出席ください。
詳しくは、ご案内状をご覧ください。



敬老会





9月・10月の講座のご案内



はじめてみよう！

大人のペン習字

日 時 9月9日(水) 13時半～15時
10月14日(水) 13時半～15時

場 所 研修室

講 師 安本 麻利枝

受講料 無料

持参物 鉛筆・消しゴム・ノート

定 員 15名程度

暮らしの知恵&心のオアシス映画鑑賞

『竹仁のえんがわ』サロン

日 時 9月28日(月) 10時から
10月19日(月) 10時から

場 所 ホール

参加費 無料

定 員 なし

持参物 座布団・枕・ブランケット等々
ゆっくり寛げるもの持参可

昼食用意してお待ちして
います。予約してね!

映画は13時からの予定です。

暮しの泉『ほっと』

藍染マフラー

日 時 9月11日(金) 9時半～12時

場 所 地域センター玄関前

受講料 無料

材料費 1,500円前後

持参物 エプロン・ゴム手袋・ビニール袋

定 員 15名程度

締め切り 8月28日(材料注文の為)

ようこそ!男のキッチンスタジオへ!

日 時 10月5日(月) 10時～13時

場 所 調理室・研修室

内 容 和食料理に挑戦

講 師 井原 洋子

受講料 無料

材料費 500円前後

持参物 エプロン・三角巾・手拭タオル

定 員 15名程度



健康ヨガ体操

日 時 9月14日(月) 10時～11時半
10月19日(月) 10時～11時半

場 所 ホール

内 容 すみずみの筋肉を動かし血行促進
筋肉・内臓強化の為の健康体操

講 師 吉田 武子

受講料 無料

定 員 制限なし

持参物 バスタオル・ヨガマット(有れば)



暮しの泉『ほっと』

紙粘土でクリスマスリース作り

日 時 10月23・26・30日 13時～17時

場 所 研修室

受講料 無料

材料費 実費(粘土・絵の具・ニス等々)
1500円程度

持参物 粘土版・エプロン

定 員 15名程度



お申し込みは地域センターに電話または直接お申し込み下さい。

定員のある講座は人数になり次第、終了します。

竹仁地域センター Tel 082-435-2301



【竹仁地区の世帯数・人口】

世帯数 449戸

人 口 1,042人

男 484人

女 558人

(平成27年7月末現在)

