

竹仁地域センターの大掃除をしていただきました

11月18日(月)

耐震工事が完了してから8ヶ月分のゴミ、埃、塵、施設周囲の草、鳥の巣等々の大掃除をしていただきました。

自分の得になることには一生懸命になりますが、得にならない事には、興味も関心も示さない人が多い世の中、沢山の人がご参加して下さい、本当にありがとうございました。窓掃除から床掃除、男性陣は鳥の巣掃除、草刈りと活躍していただき、センター職員一同感謝感激です。

(また、当日参加出来なかった方々も後日、わざわざ来てくださりました)

また、綺麗になったセンターを、ご利用いただけるよう色々な講座を計画いたしますので、ご指導ご協力宜しくお願いいたします。



センター周辺の草刈り作業中

脚立の上での窓拭き作業、高い高い!



つばめの巣を取り除いています



外からの窓拭き



トラック一杯になった草やゴミです。



参加して下さった皆さま
本当にありがとうございました



東広島市生涯学習フェスティバル開催

11月2日(土)、3日(日)

第23回東広島市生涯学習フェスティバルが東広島総合体育館で、開催されました。竹仁地域センターも、編物教室のすみれの会、かたくりの会、カントリークラブ同好会、いい友書道会、寄せ植え作品と日頃の成果を沢山出品してくださいました。福富ブースはとて好評で来館者の皆さまが熱心に見学されていきました。また、体験学習コーナーでは布製の袋に色々な絵柄のシールをアイロンプリントしました。60人分用意しましたが好評で2時間で終了しました。また、辰巳達郎さんの講演会もあり有意義な2日間のフェスティバルでした。地域の皆さんも来年は是非参加、ご観覧くだされば嬉しいです。



ティッシュで作った松茸匂いを嗅いでいく人多し!(K・Kさん作)



力作ばかりです。素敵!と見学者の声でした。



米粉で地産地消講座開催しました。

11月13日(水)に主催講座



農林水産課 船越さん



米粉入りハンバーグ



出来上がり!美味しかったです。

米粉で地産地消出前講座を開催しました。東広島産業部農林水産課の船越さんを講師に招いて『一番身近な食べ物』の話をお聞きしました。日本の食糧自給率は40%で、他の先進国のアメリカ130%、オーストラリア187%と驚きの数字を知りました。食生活の変化で食品輸入が増えたのも自給率低下の原因の一つだそうです。

【食料自給率アップのための5つのアクション】

- ★『いまが旬』の食べ物を選ぶ
 - ★地元で取れる食材を日々の食事に活かす
 - ★ご飯を中心に野菜をたっぷり使ったバランスの良い食事を心がける。朝食はご飯を食べる。
 - ★食べ残しを減らす
 - ★自給率向上を図る取り組みを知り、試し、応援する。講義の後、米粉を使用した料理実習をしました。簡単に出来る旬なものを使用した献立です。
 - ★ふんわりもちもち米粉豆乳パン
 - ★米粉で作る和風おろしポン酢ハンバーグ
 - ★米粉シチュー
 - ★白ごま風味の米粉ブラマンジェ
- 地産地消でかぼちゃ、大根、玉ねぎ、人参、蓮根、シイタケ、米粉等々使用しました。レシピはセンターにあります。



船越さん囲んで参加して下さった皆さま



◇◇竹仁地域センター12月の予定・利用表◇◇



日	月	火	水	木	金	土
1	2 男の料理	3 カントリークラブ いい友書道会 珠算教室	4 書道教室 銭太鼓	5 かたくりの会 福富太極拳	6 クリスマスリース (フラワーアレンジ) 竹仁女性会	7 すいすい倶楽部 <i>Dream・Dream 夢</i>
8	9 健康ヨガ体操 すこやか運動	10 パン教室 珠算教室 にこにこパソコン 竹仁カラオケパート1	11 書道教室 銭太鼓	12 すみれの会 福富太極拳	13	14 <i>Dream・Dream 夢</i>
15	16	17 カントリークラブ 珠算教室	18 おせち料理教室 書道教室 銭太鼓	19 かたくりの会 福富太極拳	20	21 <i>Dream・Dream 夢</i>
22	23 クリスマス会 (子ども達)	24 珠算教室 にこにこパソコン 竹仁カラオケパート1	25	26 すみれの会 竹仁女性会 福富太極拳	27	28
29	30	31				

※11月23日現在で使用許可申請書の提出のあった団体を記載しています。

主催講座 味噌作り参加者募集

2月24日(月)～3月1日(土)の日程で味噌作り講習を予定しています。

前半と後半に分けて400キロの味噌作りを2回に分けて実施の予定です。1回が200キロです。

予約が400キロになり次第募集を締め切ります。

ご希望の方は、希望キロ数と希望日程を決めて申し込み下さい。講習場所は上戸野地域センターです。

材料費が必要です。お申し込みは竹仁地域センターまで。

☎ 435-2301

【竹仁地区の世帯数・人口】

世帯数	458戸
人口	1094人
男	511人
女	583人
(平成25年10月末現在)	



ポインセチア



クリスマスローズ



～12月の講座のご案内～



ようこそ!

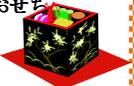
男のキッチンスタジオへ!

日時 12月2日(月) 10時～13時
 場所 研修室・調理室
 内容 クリスマス料理に挑戦
 講師 井原 洋子
 受講料 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



おせち料理講習

日時 12月18日(水) 9時半～13時
 場所 研修室・調理室
 内容 おせち料理・アレンジおせち
 講師 前田 邦子
 受講料 材料費のみ
 持参物 エプロン・三角巾・手拭タオル
 定員 20名まで



フラワーアレンジ

日時 12月6日(金) 10時～12時
 場所 研修室
 内容 クリスマスリースを作ろう
 講師 原 さゆり
 受講料 材料費のみ1500円前後
 定員 15名
 持参物 花きりハサミ・新聞紙一日分



作ってみよう! 手作りパン&菓子

日時 12月10日(火) 10時～13時
 場所 研修室・調理室
 講師 山根 恵子
 受講料 材料費のみ700円前後
 持参物 エプロン・三角巾・手拭タオル
 定員 15名



健康ヨガ体操

日時 12月9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)



きて!みて!おもしろ体験講座

日時 12月23日(月) 10時～13時
 場所 研修室・調理室
 内容 小さなクリスマス会
 対象 小学生
 ※詳しくは学校からの配付資料で確認ください



申込方法：地域センターに電話又は直接ご連絡下さい。
定員のある講座は定員になり次第、受付を終了させていただきます

