

本村自治振興センターだより

あんしん

5月号

振興センター

環境整備のお願いについて

平素より振興事業へのご協力をいただきありがとうございます。

今年度も自治振興センターの環境整備を実施することとなりましたので、お忙しい中とは思いますが、ご協力をよろしくお願い致します。

日 時 / 2024年6月16日(日) 午前 8:30~(2時間程度)

雨天の場合は6月30日(日)の実施となります

場 所 / 本村自治振興センター グラウンド・建物周辺

内 容 / 草取り、庭木の剪定、花壇の手入れ

持 参 物 / 鎌、草取り道具、手袋、草刈り機、帽子、タオル、飲料など

義援金を日本赤十字社へ

送らせていただきました

令和6年1月1日に発生した能登半島地震により被災された方々への援護の一助となるよう本村自治振興区として10万円の義援金を市役所を通じ日本赤十字社へ送らせていただきました。

被災地の一刻も早い復旧・復興をお祈りいたします。

KOINOBORI



本村自治振興区通常総会における報告

4月26日(金)の19時30分より本村自治振興区通常総会が行われました。

事務局長の司会で始まり、令和5年度事業報告・決算報告・会計監査報告・令和6年度事業計画・予算案について第1号議案から第5号議案まで審議され満場異議なしで承認議決されました。

これにより令和5年度が無事終了し、次いで令和6年度がスタートしました。



つくばねの花 こんにゃく作り

4月22日(月)の10:00からセンターにてつくばねの花によるこんにゃく作りが行われました。会員数が減り、参加が年々寂しくなっていますが、それでも作ることが好きだから、自分の手でおいしいこんにゃくが作りたいからという思いで皆さん集まり鋭意をふるって取り組まれています。お店で購入できる市販のこんにゃくはつるんとさらりとしたかんじですが、手作りのこんにゃくは弾力と噛み応えがしっかりあるのにやさしい味がしておいしいんですよ(^)これを1回食べてしまったら頑張るって作るかっという気持ちがわかってくるんですよ~(笑)

女性部の皆さんが協力し合い楽しそうにこんにゃく作りをされる姿は見ていて元気をもらえました。



ふれあい給食



4月の終わりごろには山菜が一気に生え出し、採るのに、下拵えするのに、調理するのにと忙しくなりました。

本村・上谷は自然が豊かで春の山菜といったらほぼ生息しているのではないのでしょうか。タラ、コシアブラ、ふき、ぜんまい、こごみ、わらび、たけのこ、ノカンゾウ、よもぎ、ユキノシタなどなど多数見かけます。

山菜をふんだんに使った春の山菜弁当の完成です。

4月24日(水)



MENU

ばら寿司	野菜の天ぷら
野菜炒め	ねぎ坊主 よもぎ
ほうれん草の白和え	ユキノシタ 新玉ねぎ
サバの塩焼き	高野豆腐
たけのこの煮物	茹でブロッコリー
もやしナムル	ふきサラダ
いちご	漬物(2種)

5月8日(水)

MENU

フキご飯	きゅうりの酢の物
かき揚	切り干し大根
サバの塩焼き	高野豆腐の煮物
卵焼き	茹でキャベツ
漬物(2種)	オレンジ



毎回手の込んだボリュームなお弁当を作ってください、調理ボランティアの方々には感謝しかありません。

受給者の方も「いつも楽しみにしているよ」「季節にあったお弁当をこしらえてくれて嬉しいね」と言っておられました。また、「噛みやすく飲み込みやすいものが多いから食べやすい」という声も聞こえました。年齢やニーズに合ったお弁当づくりができていことがわかり嬉しいですね。お互いを思い合い誰かの支えになること、ありがたいと思ってもらえることって大切です。

調理ボランティアさんの高齢化という危機もありますが、「続けられる限りは頑張りたい」と言っている志を大切に、出来るかぎりの応援をしていきたいと思ひます。どうぞ地域の皆さんも温かい応援をよろしくお願ひします。



We ♥ 地元

すずめのヒナを一時避難し・・・

先日、センター花壇上にある2階のツバメの巣からすずめのヒナが落下したらしく、うずくまっているところを発見しました。法律で野鳥の飼育は禁止されているので、外の室外機の上に段ボール箱を置き、そこにヒナを避難させました。左の翼は半分から羽がなくスカスカで、くちばしにはヒビが入り、右の足もぐにやりと曲がり動かせていないようでした。飛ぶことは難しいだろうと思います。幸い親鳥が餌を運んでくれているので静かに見守ることにしましたが、結局その日の夕方には息を引き取っていました。自然界で生き抜くのは大変なことですが、それが自然の摂理として納得せざるを得ないこともあります。こうした経験をふまえて命の大切さを学ぶ機会にもなりました。



蘇羅比古大鳥居付近、竹林整備中の竹林にてタケノコ堀り



昨年より取り組んでおられる竹林整備(蘇羅比古神社大鳥居付近)のところに大量のタケノコが出土していました。許可を得て子どもたちと一緒に堀に寄らせていただきました。

たくさんのタケノコに子どもたちは大興奮で、スコップを持って発掘作業に勤しんでいました(笑)

つくばねの女性陣も事務局長さんと一緒にタケノコ掘りに行かれ、「タケノコの量がやばかった」と笑っておられました。いずれは地域の方々がタケノコ掘りに行ける場所にしたい、地域おこしの一環にしたいと取り組んでおられますので、ご協力いただける方は是非よろしくお願い致します。

カブトムシの幼虫 お譲りします！



毎年大量発生しているカブトムシの幼虫が今年もわんさか発生しています。小学校の児童に何十匹か引き取ってもらいましたが、それでもまだ54匹近く残っています。

どなたか子どもやお孫ちゃんのために～とお考えの方がいらっしゃれば引き取りに来ていただくと助かります。本村振興センターにて飼育中です。

本紙を読まれた方で、本村以外の地域の方でも大丈夫ですので欲しい方がいらっしゃれば是非、取りにきてください。

これから役立つ

おばあちゃんの知恵袋

昔ながらの生活の知恵のことをいいますが、知っておいて損はないものばかりです。

そこで、これからの季節(梅雨・湿度対策)に役立つ情報をお知らせしてみようかなと思い、掲載させていただきました。他にもこんなことがあるよというものがあれば、是非教えてください。



冷めてしまった揚げ物のサクサク食感を復活させる方法

- ①アルミホイルを一度クシャクシャに丸めてから広げておく
 - ②揚げ物の表面に霧吹きで軽く水をふきかけたら、広げたアルミホイルの上に並べてトースターで2~3分加熱します
- ※厚みのある食材の場合は、先に電子レンジで温めてから試してください

玉ねぎの保存法

玉ねぎは湿気に弱いため、常温で風通しがよく、日の当たらない場所に皮のまま保存すると長持ちしますよね。そこで登場するのがストッキングです。

一つずつ重ならないように結び目をつけて保存することで、湿度がこもりにくく密着による腐敗もなくなります。また使う時も結び目の下を切って一個ずつ取り出せるので便利です。

※夏場に冷蔵庫で保存する時はりんごやキウイと一緒にするのは避けてください。エチレングスによって味や風味が落ちてしまうので注意が必要です。



アルミホイルで排水溝のぬめり予防

アルミホイルと水の化学反応によって発生した金属イオンが細菌の増殖を防いでくれます。

ふんわり丸めたアルミホイル3個ぐらいを排水溝へ置いておくだけです。

掃除の際にも割りばしにアルミホイルを巻いてこすればぬめりがきれいに取れるようです。

落花生の殻で消臭剤・湿気取り

中身を食べた後の殻のみを乾燥させ、細かく砕いてからガーゼに包み湿気取りや消臭剤として利用できます。



ヨモギの葉で虫除け

ヨモギの葉にはシネオールという成分が含まれているので虫除け効果があります。外でバーベキューなどをする際に、集めたヨモギの葉を燃やして煙を充満させるだけで虫除けができるので経済的で便利です。

第1回 健康麻雀大会開催のご案内

今回、生涯学習部より健康麻雀を通じて地域交流・健康寿命の促進向上を目指すとともに楽しく賑やかに集いの場ができればと麻雀クラブより企画してくださいました。

参加費は無料です。地域の方で麻雀経験がある方がおられましたら是非ご参加ください。

景品等も用意してあるとのことなので、はりきって参加していただけると幸いです。



日時 / 2024年6月9日(日) 午前 9:00～

会場 / 本村自治振興センター 集会室



※ 参加される場合は6月5日(水)までにセンターへご連絡ください (0824)78-2743

これからの地域行事についてご意見ををお願いします

先日の通常総会にて、その他の項目として「今後の地域行事のあり方」について議題が上がりました。

人口も減少し、後期高齢化が進む中、昔のように行事を支える若い担い手がおらず70歳以上の地域の方が頑張ってくださっている厳しい現実があります。そこで昨年も中止にしていた盆踊り大会(納涼祭)を開催するかどうかの是非についてのご意見を聞かせていただけたらと思います。また、盆踊り自体をなくし、それに代わる催しを企画するなどの代替え案などがありましたら、それらも聞かせていただけると今後の事業計画での検討内容に織り込ませていただきたいと思います。期間としては6月中にお願いできれば幸いです。各班長会などの寄合時にでも検討いただくと助かります。

【例案】焼肉大会・ビアガーデン[会費制] 花火大会[打ち上げ・手持ちあり] 映画鑑賞

おくりもの

次の方より本村地区社会福祉協議会へご寄付をいただきました

香典返し

佐々木 俊一様 / [故] 佐々木 洋子様 (中表)

寺尾 力様 / [故] 寺尾 チエ子様 (中表)

ありがとうございました 大切に使用させていただきます

お助けネット

送 迎	2 件
草 刈り	1 件

(2024年4月16日～5月15日まで)

編集後記

5月初旬では田んぼの泥をすくってはせっせと巣を作っているツバメでしたが、5月も終わりに近づくにつれ、今度は子育てにいそむようになってきましたね。そしてこれからは巣立ちが本格化して夫婦で忙しくなることでしょう。私たちの身近でも田植えや草刈り、苗の定植、まびき、肥料管理など田畑が忙しくなっています。外で働く方の姿を見ると「頑張りよーってじゃなあ」と思うと同時になぜだか嬉しくなります。相乗効果というやつでしょうか(笑)

これから暑さも厳しくなっていくでしょうから体調管理には気を付けて夏を乗り越えていきましょう。来月にはセンターの環境整備もあり、地域の方のご協力のもと一致団結して作業を進めて行きたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願い致します。



ねこさがしクイズ 答え合わせ

先月号のおまけページで掲載した「ねこさがし」の回答です。赤丸の箇所にはねこがいますよ 

