



No.415 令和4年 3月号

竹矢公民館だより

〒690-0025 松江市八幡町 279-1 TEL:37-0854 FAX:37-2984

【e-mail】 tikuyak@mable.ne.jp

発行:竹矢公民館

編集:公民館総務部

ホームページ

松江市竹矢公民館

検索

※竹矢公民館で主催・共催した事業の写真を広報誌・ホームページ等で利用させていただきます。ご了承ください。

【竹矢公民館ふるさと・歴史活動部主催】

わがまち歴史講演会開催のお知らせ

今年度の「わがまち歴史講演会」を講師に島根県古代文化センター 専門研究員 廣江 耕史氏をお迎えして開催いたします。皆さま是非ご参加ください！

演題 『古代出雲の里竹矢』～歴史文化まち歩き案内看板設置にあわせて～

講師 島根県古代文化センター 専門研究員 廣江 耕史氏

日時 3月17日(木) 14:00～

会場 竹矢公民館 2階 集会室

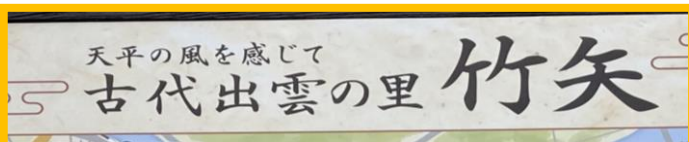
定員 30名(定員になり次第締切ります)

参加費 無料

申込 竹矢公民館まで (☎37-0854)

歴史文化まち歩き案内看板を設置

松江市の補助事業を受けて、竹矢のまち歩きを楽しんでいただけるように案内看板を新調いたしました。竹矢の名所旧跡を載せています。また看板横にまち歩きマップを自由に手に取っていただけるようにマップケースも設置しています。竹矢のまち再発見にどうぞご活用ください。



まめなか健康教室のご案内【要申込】

今年度最後のまめなか健康教室は、子どもから大人まで皆で出来る『室内用モルック』を楽しみます！

モルックは、地面に立て並べられた複数の木のピンめがけて、木の棒を投げ獲得した点数を競うスポーツです。皆さんお気軽にご参加ください。

【第8回】『室内用モルックを体験しよう！』

日時: 3月19日(土) 9:30～11:00

場所: 竹矢公民館 2階 集会室

講師: 栗原 克己さん(スポーツ推進委員)

定員: 15名 ※定員になり次第締切ります。

申込締切: 3月11日(金)

持参品: 汗拭きタオル、マスク、

飲み物、上履きシューズ

必ず申込みをお願いします。(☎37-0854)



あいサポーター研修会

多様な障がいの特性や障がいのある方の困りごと、障がいのある方への必要な配慮などを理解し、そして必要なときにちょっとした手助けができる“やさしくて暖かい地域社会づくり”を目指して、標題の研修会をおこないます。ぜひご参加ください。

日時: 3月4日(金) 10時～11時30分

場所: 竹矢公民館 集会室

講師: 松江市社会福祉協議会 中島大棋氏

定員: 15名 参加費無料

☎ 37-0854へ 必ず、お申し込みください。

募集 スマホ安心・安全教室

スマホを使うときに気を付けることや安全に使うための設定など、スマホの安心・安全な使い方を覚えよう！スマホを持ってない方も参加できます！！

◇日時：3月10日（木）13：30～15：30

◇場所：竹矢公民館 集会室

◇講師：ドコモショップ松江田和山店

◇定員：先着15名



よらこい喫茶からお知らせ

まんえん防止重点措置は解除になりましたが、3月予定の喫茶についてもお休みをさせていただきます。楽しみにしておられた事と思いますが、ご理解をお願いします。よらこい喫茶スタッフ一同



☆☆☆ 男子ごはんレシピの紹介 ☆☆☆ レシピ提供

2月の男子ごはんが中止になりましたので、予定していたレシピをご紹介します！！ みさかよりえ先生是非、チャレンジしてみてください^^そして、来年度も男子ごはんへのご参加お待ちしております☆

手作りうどん【2人分】

中力粉 200g
塩水 水100g、塩小さじ1
葱、おろししょうが、温泉卵、天かす
○釜揚げつゆ
だし（昆布・かつお） 200ml
濃口醤油 50ml
煮切りみりん 50ml
（本みりんレンジ強1分加熱）

- ①ボールに中力粉を入れ、塩水を3回に分けて加えひとまとめにして、ビニール袋に入れ、足で踏み広げ（優しく）、また丸め、を3回繰り返す。
- ②きれいにまとめ、そのまま2時間以上おく。
- ③釜揚げつゆ⇒だし、醤油、煮切りみりんを加えて煮立てる。
- ④まな板の上に打ち粉をしっかりとふり、めん棒で3mm厚さに伸ばしていく。
- ⑤たっぷりのお湯の中にパラパラと入れて15分茹でる。
- ⑥釜揚げつゆで薬味、温泉卵にからませながらいただく。

天ぷら【2人分】

無頭エビ 4尾
かき揚げ
さつまいも 4cm
玉ねぎ 1/4個
みつば 1/4個
薄力粉 適量
衣（作りやすい分量）
薄力粉 200ml
卵1個+氷1個+水 200ml
油 適量

- ①エビ⇒背ワタと殻を除き、腹に切れ目を3カ所入れ伸ばす。さつまいも⇒1cm角に切り、水にさらす。玉ねぎ⇒1cm角に切る。みつば⇒2cmの長さに切る。
 - ②衣を作る。⇒ボールに薄力粉を入れ、計量カップに卵+氷、200mlの水をヒタヒタに入れてよく合わせ、ボールに入れ混ぜる。
 - ③具の水分をふき取り、薄力粉をはたきつけ、野菜から揚げる。油はたっぷりめで衣を入れ鍋底まで沈んで上がってくるくらいの油温。(160~170℃)
*かきあげ⇒水分を切った材料に薄力粉をまぶしボールに入れ、衣を少量加え（まとまるくらい）揚げる。
- ◎ポイント！具を入れてすぐは触らない！

せりの白和え【2人分】

せり 1/2束（50g）
かまぼこ（赤板） 1/4本
A 木綿豆腐 1/4丁（100g）
みそ 大さじ1/2
砂糖 大さじ1/2

- ①せり⇒サッと茹で水に放し、水けを絞り、長さ2cmに切る。かまぼこ⇒いちょうの薄切り。
- ②和え衣を作る。⇒ボールにAの材料を泡だて器で混ぜ合わせる。
- ③和え衣にせり、かまぼこを和え、器に盛りつける。

いちご大福【4個分】

ぎゅうひ
白玉粉 100g
砂糖 大さじ2
水 150ml
いちご 4個
練りあん 80g
片栗粉

- ①いちごは洗い、ヘタを取って、あんでいちごを包む。
- ②ぎゅうひを作る。
 - a, 耐熱ボールにぎゅうひの材料を合わせて10分置く。
 - b, aを再びかき混ぜ、ラップを軽くかけ、レンジ強3分した後、木しゃもじで艶やかになるまで突きながら練る。
 - c, バットに片栗粉を広げ、bのぎゅうひを切らないように流し落とし、4個に切り分ける。
- ③ぎゅうひで①のいちごを包み込み、丸めたら出来上がり。

平所遺跡 ～猪埴輪～

島根県立八雲立つ風土記の丘 副所長 高屋 茂雄

平所遺跡の埴輪と言えば、これまでに紹介した鹿、馬、家、人物が有名ですが、他に猪の埴輪も確認されています。猪埴輪の全体は復元されていませんが、2個体分がある程度の形で確認できます。

1体はお尻から背中なたてがみの辺りまで。もう1体は大きく二つのパーツに分かれ、お尻の部分と背中なたてがみ部分です。動物の埴輪には馬や犬もありますが、犬にはたてがみがなく、馬は首が大きく上方にあがるため両者ではないことがわかります。あと馬は大きめの尻尾がつきますが、この埴輪には見られません。これらのことから、猪埴輪と考えられます。平所遺跡は窯跡なので、これらの埴輪を古墳に置いて、どのような場面をあらわす予定であったかは不明ですが、群馬県古墳の事例では人物と犬、猪が置かれ、狩人と獲物の猪、そして狩りの補助をする犬と考えられています。



図 平所遺跡から出土した猪埴輪

公民館施設利用について

- 公民館ホームページから施設の利用状況が確認できるようになりました。予約については、従来通り公民館(TEL 37-0854)へお電話ください。利用月の1カ月前から受付けます。(公民館登録グループ・サークルは2カ月前から)
- 公民館施設使用後は、清掃、ごみの持ち帰り、照明・換気扇・冷暖房器具等の消し忘れ確認、使用簿への記入を忘れずに行ってください。
- 使用した備品は元の場所に戻してください。
- 新型コロナウイルス感染症対策として、使用器具や触れたところの消毒をお願いしています。チェックシートをもとに確実にしない、チェック記入をお願いします。(消毒液や紙ウエス、ビニール手袋を各部屋に用意しています)
- トイレ等使用し汚れた場合は清掃をお願いします。
- 備品等、使用により壊れた場合は必ず事務室までご連絡ください。

皆様に気持ち良く使っていただくためにもご協力をお願いします。

竹矢寿会連合会 に入会して

健康づくり・仲間づくり・生きがいづくりを！

竹矢寿会連合会は、昭和34年1月に結成されました。松江市高齢者クラブ連合会に所属し、会員数は約13,500名です。会員は「健康・友愛・奉仕」を目的として、できる範囲内で地域社会に貢献することを目指しています。会員は次のような活動を自主的に行っています。

- 各種シニアスポーツ(グラウンドゴルフ、ゲートボール等)
- 研修旅行、学習講座(健康、歴史、料理等)
- ボランティア活動(清掃活動)、花壇の植栽
- 児童・園児・幼児との交流(見守り活動、地域文化の伝承活動)
- 支え合い活動(お見舞い)、慶弔(金婚・卒寿・傘寿・香典等)
- 市高連主催のスポーツ大会、福祉大会、講演会等への参加

※ 皆様の入会をお待ちしています。

地区のクラブ長へ申し込んでください。

【ご寄付のお礼】

香典返し

○社会福祉協議会へ

吉田 貴行 様 (大門上)

松尾 政司 様 (馬潟)

○体育協会へ

松尾 政司 様 (馬潟)

ありがとうございました。
故人のご冥福をお祈りいたします。

3月 行事予定表

2月25日現在

日	曜日	公民館主催行事	諸団体行事	公民館使用サークル
1	火	歴史まちづくり部会	からだ元気塾	詩吟同好会八幡支部
2	水			竹矢陶芸教室 生命の貯蓄体操夜の部
3	木	ほんそご広場		生命の貯蓄体操昼の部
4	金	あいサポーター研修会		民謡同好会
5	土			清吟堂吟友会竹矢支部
6	日			
7	月	竹ちくらん会		3B体操
8	火		からだ元気塾	詩吟同好会八幡支部
9	水			竹矢陶芸教室 生命の貯蓄体操夜の部
10	木	スマホ安心・安全教室		生命の貯蓄体操昼の部 レイフラワー竹矢、書道教室クラブ
11	金			民謡同好会 太極拳教室
12	土			華道家元池坊 生命の貯蓄体操松江支部 清吟堂吟友会竹矢支部
13	日			
14	月			3B体操
15	火	よらこい喫茶	からだ元気塾	詩吟同好会八幡支部
16	水	竹ちくらん会		竹矢陶芸教室 生命の貯蓄体操夜の部
17	木	歴史講演会		生命の貯蓄体操昼の部
18	金			太極拳教室 民謡同好会
19	土	まめなか健康教室		清吟堂吟友会竹矢支部
20	日			
21	月			ちくや絵手紙
22	火		からだ元気塾	詩吟同好会八幡支部
23	水			竹矢陶芸教室 生命の貯蓄体操夜の部
24	木			生命の貯蓄体操昼の部 レイフラワー竹矢、書道教室クラブ
25	金			太極拳教室 民謡同好会
26	土			華道家元池坊、竹矢囲碁将棋同好会 清吟堂吟友会竹矢支部 生命の貯蓄体操松江支部
27	日			
28	月		民児協	3B体操
29	火		からだ元気塾	
30	水			竹矢陶芸教室
31	木			生命の貯蓄体操昼の部

※日時等変更になる場合がありますので、ご了承ください。

○公民館からのお願い

今後の新型コロナウイルス感染症の状況により変更が生じる場合がありますので予めご了承ください。