

ひまわり通信

鯉山学区

婦人会ニュース
栄養改善協議会ニュース



7号
令和4年7月発行

池上さんの墨絵

宮内・片山にお住まいの池上政子さんは約20年来、独り暮らしの方へ配布しているお寿司の表紙の墨絵を描いてくださっています。毎回、季節にあった題材を考えてくださり、絶妙な筆のタッチで見事な作品ばかりです。皆さんその絵を楽しみにしておられます。題材はいろいろな場所へ出向き、スケッチしたり、写真を撮って帰ったりして描かれているとのこと。ご主人はプロ並みの表装師なので、二人三脚で素晴らしい作品が出来上がっているのです。

テレビ取材もあり、今までの表紙を飾った作品は、練尾連合会長さんのお店に飾られています。



竹谷院長先生の講話

4月28日に“ひまわりサロン”では、竹谷歯科医院竹谷院長先生をお招きして、「歯を失う原因」の講話をしていただきました。コロナ感染予防対策をし、22名の参加となりました。歯を失う原因として、①虫歯②歯周病③外傷と三つに分けて、ユーモアたっぷりにお話ししてくださいました。

終始、和やかな雰囲気です。質問にも丁寧に説明して下さり、あっという間の1時間半でした。歯の大切さも理解しつつ入れ歯の利便性も納得できる講話でした。先生から、参加者のみなさんに歯ブラシとシュミテクトがプレゼントされました。

きっと皆さん、いつもより念入りに歯磨きされたこと、でしょうね。

歯磨きは優しくしてとのことでしたね。



青木喜代子さん家の茄子の辛子漬

40年の長きにわたり、婦人会会長としてお世話して下さった青木喜代子さん伝授のレシピをご家族の方からいただきましたので、ご紹介いたします。

【茄子の辛子漬】

材料			
茄子（新鮮なもの）	3kg	しょうゆ	100cc
塩	150g	みりん	100cc
みょうばん	小さじ1	砂糖	250g
		辛子	40g程度（お好みで調整）
		酢	大さじ1

- ① 茄子を1cm程度の小口切りに切って、塩、みょうばん（あれば釘も）をからめて漬ける。
- ② 色よく漬かったら、水に放し、種をとりあく出しをする。
- ③ ②をしっかりと絞る。
- ④ しょうゆとみりんを煮立て、冷めたら辛子・酢を合わせる。
- ⑤ ③の茄子に砂糖を合わせ、粘りが出るまで混ぜる。（ここが重要）
- ⑥ ④を合わせて、出来上がり。（2、3日後が食べごろです）

「80歳の壁」13万部突破

人生100年時代と言われています。

“高齢者”ではなく“幸齢者”として80歳の壁を超えるヒントがたくさん書かれています。是非読んでみてはいかがでしょうか？

（和田秀樹著 幻冬舎刊）



令和4年度鯉山学区敬老会開催予定

お待たせしました！コロナ禍で2年連続中止していた鯉山学区敬老会を開催いたします。コロナ感染予防対策をしっかりと行います。ご案内は、7月に回覧にて参加者（対象者75歳以上）を募りますのでよろしくお願いいたします。

日時：9月18日（日曜日）10:00～12:00（受付：9:30から）
場所：鯉山小学校 体育館

プログラムとしては

- ① 浅間玲子先生のおひさまクラブ“ふ〜が”のと〜ても楽しい公演
- ② キッズエアロの可愛いダンス
- ③ 岡山ヴェルデウィンドアンサンブルの迫力ある演奏
- ④ 小学生と大人による三味線演奏（小学生が練習頑張ってます）
- ⑤ みなさん一緒に踊りましょう〜宮内踊り

以上を予定しています。ご期待ください。