学区・地区のレポート
妹尾

コロナ乗り越え総会
3年ぶり日帰り旅行

近水園などへの日帰り旅行を楽しんだ「旅倶楽部」の婦人会員

コロナ禍での活動の苦難を乗り越え、令和五年度の妹尾学区婦人会総会を無事に開催することができました。会員の高齢化が進み、コロナで休んでいた間に環境が変わってしまった方も少なくありません。今後の活動に不安を感じながら開催しましたが、年々減少していく会員数をくいとめるにはどうしたらいいか等いろいろと課題はありますが現在の会員を大事に、みんなで共に歩んでいきたいと挨拶を味わうことができました。

近水園などへの日帰り旅行を楽しんだ総会ですが、ほとんどの参加者が笑顔で会場入りしてくださいました。久々の再会にハグをして元気を確かめながら、ここから新しい婦人会が始まるんだと清々しい瞬間させていただきました。

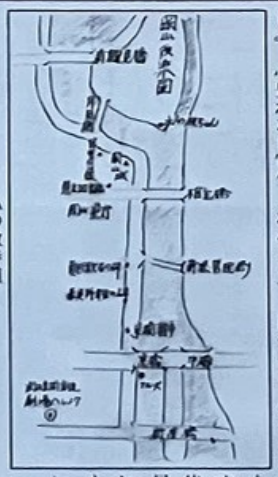
婦人会の有志で構成する文化教室の中に「旅倶楽部」という会があり、昨年は三年ぶりに日帰り旅行を企画しました。足守の「龍泉寺」でパワーをもらい「安富牧場」でおいしいジェラートをほおばり「近水園」で紅葉を愛でる、笑顔いっぱいの秋の一日を満喫しました。

コロナを乗り越えた強さを力に変えて、新たな魅力が発揮できるような妹尾学区婦人会をこれからも会員みんなで目指していきたいと思っています。（妹尾学区会長・森本美智子）

安富牧場でほっと一息

学区・地区のレポート
内山下

芸術・文化・学び集積
旭川沿いの散歩コース


私の散歩道

商業の中心地として栄え中心市街地である私たちの内山下地区には、美術館やホールなど沢山の学びの場が存在し、芸術や文化に親しみ、心豊かな日常生活の糧となっております。その中でも今回は旭川に沿って、散歩しながら立ち寄れる場所を紹介します。

四季折々の美しさを観せてくれる「岡山後楽園」は日本三大名園の一つで、旭川に囲まれています。月見橋を渡ると「笠井信一像」があります。民生委員の先駆者であり、岡山県知事初代の方です。像の後ろには昨年十一月に、令和の大改修が完了した「岡山城」があります。城内は歴史や時代背景が解り易く解説され、レプリカも展示されています。

次は、日本一来館者も多く、蔵書も多い「岡山県立図書館」、道をへだてると現在工事中の「岡山県庁」があり、土手に戻ると「夏目漱石の碑」「表具師幸吉の碑」が次々と目につきます。毎月第一日曜日開催「京橋朝市」の広場が土手下にあります。昔船着き場だった所から不定期ながらも「京橋クルーズ」が犬島と京橋を往復しています。

最後に紹介する、新京橋（千日前）西に、ひときわ目を引く地下二階、地上七階の建物は、「岡山芸術創造劇場 ハレノワ」です。六月四日（日）にプレオープン記念式典及び記念公演が開催されました。いよいよ九月一日（金）にグランドオープンします。これからの新しい芸術文化の発祥地として、市民の皆様がたが集える場所です。楽しみにしています。（内山下地区会長・辻正子）

岡山城本丸復元模型（岡山市連合婦人会結成50周年記念寄贈）岡山城1階で展示中

学区・地区のレポート
竜之口

ふれあい福祉講座
会員の交流と学習

コロナ禍の三年間は活動が停滞、中止になり、令和五年度は五月の連休明けより5類になったことで、少しずつコロナ前の状況に戻りつつあります。婦人会活動もお年寄りの交流も油断はできませんが、楽しい会が企画できることを願っています。

竜之口は毎年、新旧婦人会員の勉強会を福祉交流プラザ財田と共催で、地域包括支援センターのお力を借りて計画しています。今年度も全四回で「ふれあい福祉講座」を開催して約七十人の婦人会員さんが交流しながら学びます。

ふれあい福祉講座

第一回の五月三十一日は十四人が参加し「この町で元気に暮らしたい！」「地域包括支援センターって何？」をテーマに、「医療・福祉・介護」などさまざまな面から、総合的に支える機関を教えていただきました。「誰もが高齢になっても住み慣れた地域で安全に安心して自分らしく生き生きと暮らせる地域づくり」をすすめます。自分自身の生活に役立つ知恵をいただきましたので、これからの婦人会活動に生かしていきたいと思いました。

第二回の六月は「命と心をつなぐ災害食作り」第三回の八月は理学療法士さんから健康に暮らすための「ロコモ予防教室」第四回は秋に工場見学を予定しています。（竜之口学区会長・中塚典子）

熱心に聴講する婦人会員

学区・地区のレポート
福浜

27年続く味噌づくり
親睦深める総会開催

福浜学区では、毎年手作り味噌を作っています。家庭料理には欠かせない調味料の味噌。仕込みは、今年も“寒仕込み”で一月二十九日で終わりました。二十七年前の平成八年に、“味噌くり機”を購入したのが始まりでした。毎年欠かさず、年中行事として行っています。

時代の流れには逆らえませんが、「やっぱり、手作り味噌はおいしい！」という言葉に励まされ、頑張っています。

毎年恒例の味噌づくり

令和五年度の学区婦人会総会を、四月十二日に浜野オリーブにて行いました。

行事報告、会計報告の後、新年度の方針を話し合い、会員相互の親睦を深めました。（福浜学区会長・松井春代）

令和5年度総会

親子で作るふるさとの味
食育レシピ 158

＜ひじきのサラダ＞

■材料（4人分）
- 長ひじき（乾燥）……12g
- 赤パプリカ……1/2コ
- 黄パプリカ……1/2コ
- みつば……30g
- ちりめんじゃこ……20g
- オリーブ油……大さじ1/2
- しょうゆ……大さじ1/2
- 酢……大さじ1

■作り方
①ひじきは水で戻して2cm長さに切る。5～6分ゆで、ザルにとり冷ます。
↓
②千切りにしたパプリカ、3cm長さに切ったみつばをゆでて水気を絞り、冷ます。
↓
③ボウルにしょうゆ・酢を入れてよく混ぜ、①と②を加えてあえる。
↓
④ちりめんじゃこをオリーブ油で炒め、熱いうちに③に加えて、軽く混ぜ合わせる。

【1人分の栄養価】
エネルギー：42kcal　たんぱく質：2.9g　脂質：1.9g　カルシウム：61mg　鉄：2.0mg　食塩：0.8g

（令和4年度岡山市栄養教室講座「骨粗鬆症予防食」実施献立から）

旬 information 岡山市中央卸売市場

【白桃】

優しい香りと白い果皮にピンクがかった色彩は、岡山ではおなじみの夏の風物詩です。

白桃は岡山が発祥とされており、おかやま夢白桃や白皇など、近年は多様な品種も加わってきたことで、岡山ブランドとしてより高い人気で入れると、口の中で香りがほんのり広がり、いつもと違った味わいが楽しめます。白桃を食べて、夏をおいしく乗り切っていきましょう！

果（間引き）など、生産者のご苦労は出荷まで続きます。

このように丹精込めて作られた白桃のみずみずしさを実感するためには、軽く冷やして、シンプルに丸かぶりするのもおすすめです。また少し固めの白桃は、サラダに細かく刻んで入れるのもおすすめです。