

学区・地区敬老会2021

例年高齢者の長寿を祝して行われていた敬老会ですが、コロナ禍の為に昨年に引き続き合同敬老会をはじめ、ほとんどの学区・地区で中止に追い込まれました。そのような中でも喜んでいただきたいと工夫し実施しました。4学区・地区の様子を紹介します。

■学区・地区名 ①開催日(実施日) ②対象者 ③実施内容等

■竜之口学区

- ① 9月26日(日)
- ② 80歳以上 529人

③ 学区敬老会を縮小して、敬老祝賀と記念品贈呈式を竜之口コミュニティハウス全館を使って開催いたしました。高齢者代表をお招きしてビデオ撮影・中継で参加気分を共有してもらいました。贈呈式終了の後、80歳以上の方に市からの記念品と学区の該当の方にも記念品を、婦人会役員の手でご家庭にお届けいたしました。(平松知子)



■足守学区・大井地区・日近地区・岩田地区・福谷地区

③ 私たち足守中学校区は毎年、10月に5地区の婦人会や地域の方々と敬老会を開催しますが、昨年に続き新型コロナ感染予防のため中止となり、岡山市のお祝いの御菓子と記念品を各学区・地区の婦人会が中心になってお配りしました。

地区敬老会中止のお手紙と共に9月の敬老の日にお配り出来るようにと婦人会間の相談の上、手配致しました。しかし、非常事態宣言の最中でもあり、急速10月の感染状況が落ちついた頃にて日程変更をして、感染予防のマスク、手袋や消毒も心がけ、皆様にお配りしました。敬老の方々の「暗くなっていた気持ちが明るくなった。でも一つまた、年をとってしまった」というお声を聞きながら、来年こそは敬老会の開催ができ、皆で笑い合う時が持てたらと婦人会一同、強く思いました。(井上節子)



■御野学区

- ① 11月1日(月)～配布
- ② 80歳以上 1252人
- ③ コロナ禍で、学区独自の敬老会の開催は断念し、岡山市からのお祝いの品に加えて、地域からのお祝いとして「モンモンナエル避難所6点セット」をお届けいたしました。どちらも北公民館に同時に届けていただき、例年よりも驚くほど多くの荷物が届きましたが、婦人会員や地域の方々の力強いご協力でスムーズにそれぞれの町内までお届けすることが出来ました。皆様に喜んで頂ければ幸いです。(石原富滋子)

■弘西地区

- ① 10月29日(金)
- ② 80歳以上 465人
- ③ 昨年同様、地区敬老会は中止にし、皆で厳選した記念品を準備しました。昨年はコロナ収束を願いアマビエの飴と味噌汁等の詰合せでした。今年のは長寿の祝い品であるバームクーヘンです。一軒一軒手渡してお届けし、変わらない笑顔に会えました。(福見明美)



婦人会員38人 南区で緑のハイキング

秋風と景色堪能

令和三年十月一日(金) コロナ禍の中、どうなるかと心配しておりましたが、まん延防止等重点措置も解除された秋空の下、岡山市南区、浦安総合公園西地区に三十八名の会

員が早朝より緑のハイキングに参加しました。時計台には見晴台があり、元氣な



ハイキング後に希望者が寄せ植え



緑のハイキング参加者

開会式では塩見会長の挨拶に続き、岡山市庭園都市推進課の森谷公園緑地担当課長にもご挨拶を頂き、公園協会の井野さんより当公園とハイキングコースの説明の後、恒例の両備ヘルシーケアの池田講師と大崎講師により安全な歩き方をレクチャーしていただきました。希望者十六名は昼食後、寄せ植えを行いました。間隔を取った場所で、丁寧な説明を受

けながら、素晴らしい景色と秋風を堪能しました。再び湿性花卉園から公園内を散策して、十一時過ぎには皆さん完歩し、完歩証とジュースを頂き、閉会式後解散しました。

駐車場から千両街道側の用水に沿った緑道公園を歩き、時計台で一休みをしました。

雨延期となる中、久しぶりのイベントで、当に良かったと思いき、お疲れ様でした。

皆様の笑顔にあえて本

参加して下さった皆

様、お疲れ様でした。

当に良かったと思

い

き、お疲れ様で

した。

皆様の笑顔にあ

えて本



秋空の下、ハイキングする参加者

■材料(4人分)

- 鶏ささみ.....300g
- さとう.....小さじ1
- こしょう.....少々
- 小麦粉.....小さじ4
- オリーブ油.....小さじ2
- ブロッコリー.....80g
- さつまいも.....80g
- 豆乳(無調整).....カップ1/2
- 白ワイン.....カップ1/4
- バター.....20g
- 塩.....小さじ1/2
- レモン.....1コ
- みじん切りパセリ.....少々
- かたくり粉.....小さじ1

■作り方

①レモンは輪切りを4枚とった後、残りは、皮をせん切りにし、果汁を小さじ1とる。ブロッコリーは小房、さつまいもは輪切りにしてそれぞれゆでる。

②一口大のそぎ切りにした鶏ささみ、さとう、水(大さじ1)をポリ袋に入れ、もみ込み10分ほど漬けておく。

③②にこしょうをし、小麦粉を薄くまぶす。フライパンにオリーブ油を熱し、鶏ささみの両面を焼き、皿に取り出した後、さつまいもを焼く。

親子で作るふるさとの味

食育し七

155



<鶏のソテー豆乳レモンクリームソース>

④鍋に白ワインを煮立たせ、バター、塩を加える。バターが溶けたら火を弱め、豆乳を少しづつ加えながら混ぜ、沸々としてきたら、レモン汁を加えて、水溶きかたくり粉(かたくり粉+小さじ2の水)で調整しながらトロリとしたソースに仕上げる。※豆乳は少しづつ加え煮立たせない。

⑤皿に④のソースを敷き、鶏ささみを盛りつけ、パセリとレモンの皮(お好みの量)のをせる。ブロッコリー、さつまいもとレモンの輪切りは鶏肉の横に添える。

(令和3年度岡山市栄養教室講座「低栄養予防食」実施献立から)

編集後記

コロナ収束後へ 徐々に活動再開

収束の見通せないコロナ禍中で、岡山市連合婦人も、令和三年度六名の新学区・地区会長を迎えています。健康が守られ、安心して暮らせる地域づくりのために、自粛の続いた婦人会活動も少しずつ動き出しました。会報の発行も、皆様のお力添えで今号もお届け出来ることを嬉しく思っています。ワクチンの三回目接種も近いことでしょう。ウィズコロナ時代の新しい生活様式を取り入れながら来年寅年の皆様のご多幸を祈ってやみません。