

第84号

ふれあい

一関市室根市民センターだより



「青年ふれあい塾」本場に学ぶ本格餃子づくりに挑戦!



完成!

みんなでおいしく食べました!



2月18日(日)室根市民センターを会場に、青年ふれあい塾が「餃子を作ろう」をテーマにした料理教室を開催しました。小学生を含む19名が参加し、講師の櫻田仁美さん(室根町在住)に皮から作る本格的な餃子の作り方を教えていただきました。

最初に、講師が皮となる生地を3テーブル分まとめて作り、それを各テーブルにわたした後、作業がスタートしました。

皮を作る時には、温水(30℃~40℃)を使うことで、皮の発酵がすすみ生地がもちもちになることや、薄力粉だけでは生地が破れてしまうので強力粉も使うこと、具材を混ぜ合わせるときには、ひき肉・調味料をよく混ぜてから、ネギ、白菜、ニラ、しょうがの順に入れることで、より美味しくなることなどを学びました。

さらに、焼く時のコツとして、温水を餃子のみみくらいまでたっぷりを入れて強火にかけることで、もちもちの食感になることも教わりました。

参加者の皆さんは、皮から作るの初めての方が多く、皮を伸ばしたり具を包んだり楽しそうに作業していました。ちょっとしたコツで本格的な味になると知り、「また教えてほしい!」との声も聞かれました。

「バレトン」で楽しくエクササイズ!

一関市体育協会では、4月から室根体育館で開催する「バレトン教室」の受講者を募集します。

「バレトン」とは、バレエの動きを元にヨガやフィットネスの動きを組み合わせで行う、ニユーヨークで誕生した新感覚のエクササイズです。

続けることで体感が鍛えられ、柔軟性や筋持久力の向上や、集中力アップとメンタル面を整える効果も期待できます。

激しい運動ではないので、初心者や運動が苦手、という方でも大歓迎!

気持ちよく体を動かしながら、心と体を整えていきましょう!

日時: 4月16日(火)、23日(火)
5月14日(火)、21日(火)、28日(火)
午前10時30分~11時30分

会場: 室根体育館アリーナ

対象: 一関市内及び平泉町に居住、勤務している方

定員: 20名

参加料: 500円

※参加料は、申し込み後、教室初日までに納入してください。

参加料納入後のキャンセルについては返金できません。

持ち物: 運動着、室内用シューズ、タオル、着替え、飲み物

※教室中は裸足で運動します。

4月1日(月)から受付開始となります。

詳細・お申込みにつきましては
室根体育館(電話・FAX: 64-2611)
一関市総合体育館(電話: 31-31111 / FAX: 23-2108)

Googleフォーム <https://forms.gle/vpoZhtZ9XEEM6r26>

こちらのQRコードからもアクセスできます!





行事予定 ※26日~翌月25日までの予定を掲載しています
新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予定の行事が変更・中止となることがございます。

月日	行事内容	場所	時間
3月 25(月)	青年ふれあい塾運営委員会	室根市民センター	
4月	1(月)	健康増進グループ 百歳体操	室根市民センター 10:00~12:00
	8(月)	健康増進グループ 百歳体操	室根市民センター 10:00~12:00
	10(水)	令和6年度女性学級代表者会議	室根市民センター 10:00~12:00
	13(土)	春のバイパスクリーン作戦《一般参加歓迎》	道の駅むろね付近 8:00~9:00
	14(日)	室根山山開き	室根山
	15(月)	健康増進グループ 百歳体操	室根市民センター 10:00~12:00
	16(火)	バレトン教室	室根体育館 10:30~11:30
	21(日)	室根山ヒルクライム	
	22(月)	健康増進グループ 百歳体操	室根市民センター 10:00~12:00
23(火)	バレトン教室	室根体育館 10:30~11:30	

「室根市民センター」
こいのぼり
募集中



室根市民センターでは、5月の端午の節句に向け、今年も4月上旬から鯉のぼりと五月人形を展示いたします。お子様の成長を見届け、眠っている鯉のぼりなど、お寄せいただける品がございましたら、ぜひ、室根市民センター(☎: 64-2347)までご連絡ください。

編集/発行: 一関市室根市民センター
〒029-1201
岩手県一関市室根町折壁字大里 201-1
TEL. 0191-64-2347 / FAX. 0191-64-3044
E-mail: mmachikyo-kt@tiara.ocn.ne.jp

【編集後記】
卒業シーズンとなり、かつて子ども土曜塾などに参加してくれていた子どもたちが卒業!と聞かされた時にびっくりし、そのぶん同じく時間が過ぎたはずの自分を顧みてまたびっくりする日々です。新型コロナなど、時節がら、学校生活を送るうえで窮屈な思いをすることも多かったことと思いますが、これからの生活の中でもたくさんのことを経験し、素敵な大人になってほしいと思います。市民センターみんなで応援しています! (T.K)

「12区女性学級」

わいわい楽しく！
編み物教室

2月22日(木)12区女性学級では、ひこばえ交流センターを会場に「手芸教室」を開催しました。8人が参加し、地域の三浦よし子さんを講師に毛糸を編んで作る帽子の作り方を学びました。かぎ編み棒を使い、編み方を教わりながら様々な色の帽子が出来上がりました。おしゃべりをしながらの楽しい教室となり、地域の交流も深められた時間となりました。



【室根市民センター】

文芸賞表彰 おめでとうございます!

2月24日(土)室根保健センターにおいて「第6回室根地域まちづくり推進大会」が開催され、令和5年度「むろね文芸賞」の表彰が行われました。令和4年10月〜令和5年9月まで投稿された短歌、俳句、川柳の作品全作品の中から選者によって各部門の優秀作品が選ばれました。表彰の際には受賞した作品が読み上げられ、入賞者には賞状と記念品が贈られました。会場入口には入賞した皆さんの作品が掲示され、来場者の注目を集めていました。入賞した皆さん、おめでとうございます。お待ちしております。



「青年ふれあい塾」
新メンバー募集!

青年ふれあい塾では、一緒に活動してくれるメンバー(20代〜50代)を募集しています。近いところでは、今年も4月中旬と6月に室根山望洋平キヤンプ場の清掃及び整備ツツジの剪定等の軽作業ボランティアを予定しており、一緒に作業してくれる方を募集します。「やってみたい!」という方は室根市民センター(☎:64-2347)まで気軽にお問い合わせください。



文芸(短歌・俳句・川柳)

1月26日〜2月25日 投句

川柳
〜内田 正好 選〜

お雛様白酒飲んだか頬ピンク
梅の花今年の卒業見守って
折壁 昭和 小葉
葉には金の糸目はつけられず
食い過ぎて腹を病むより腹八分
津谷川 三浦 安幸
能登地震届けたいののはせめて水
異教徒と言っても差別しては駄目
初恋は二人同時にドア開けて
矢越 加藤 光春
勝ち越しの郷土力士が春を告げ
冬コートたんとすで眠る温暖化
たくあんがメインディッシュとなる冬場
折壁 五門市 道子
花巻へ大食い自慢椀の湯気
待望の裸の湯気に水かける
風強し日向取り合うカメムシと
矢越 加藤 こはる
祖母ゆでたまごのあんばいちようど良く
詩みたよ声かけてもらいほっこりと
母の「あれ」大体何だか理解でき
津谷川 佐藤 可奈
《選者詠》
あこがれる早くも空翔ぶホームラン

短歌
〜佐藤 知男 選〜

元旦の大地震には驚いた
波乱含みの年になりそう
ふと思う四十九日も無事済んで
兄貴は何でこんな早死に
矢越 加藤 光春
老いて今五臓六腑に感謝して
未来愉快な夢を楽しむ
遠嶺は白雪かぶり春浅し
日暮れに映えて自然美楽しむ
津谷川 三浦 安幸
結つこで凍み餅食みし日も遙か
出会い少なき日々は淋しき
寒風にさらされながら猫柳
芽吹き間近を川辺揺らぐ
矢越 小山 富子
コロナ明け隔離生活身について
旦那の手料理まだまだ食べたい
矢越 加藤 こはる
《選者詠》
凍て解けし小川の岸に緑濃き
野芹を摘みて椀に春添ふ
鳴き交はし北を目指して鳥帰る
見送る我も季の旅人

俳句
〜村上 群青 選〜

卯月雨遠山見ればもやの海
高楼に望む山河や春の色
折壁 小山 一扇
春來たる明けの空気の柔らかに
風強し春は何処に隠れてか
折壁 雷 風
春近し音の高まる滝しづき
春隣わらべ声なき山の里
津谷川 三浦 安幸
被災地にこの寒空は追いつちだ
兄貴逝き雪を掻きわけ百ヶ日
矢越 加藤 光春
日差しうけ土手の草花春うらら
チギリ絵の福寿草より春兆す
折壁 小山 すす
福寿草一人の庭も恙なし
春炬燵手足のばした猫も入る
折壁 佐藤 川古
春うららピアノのけいこ早春賦
ゆくりなく春三月月にあひにけり
しをり挿す暗夜行路や多喜二の忌
美しく青きドナウや春隣
金平糖といふ名の毛糸春帽子
折壁 五門市 道子
米とぎは「光る君へ」を見たあとに
矢越 加藤 こはる
《選者詠》
古民家のカフェの日溜まり春愁

詩
〜ふるさと むろねを 想う〜

室根町出身で現在は他県へお住いのピー子さんより寄せられた詩をご紹介します。※自筆のまま掲載。

室根の山に
春がくりや
城塚公園に桜咲く
皆んな集り
花まつり
飲んで歌う
花に酔う
室根、良とこ
おらが町

室根の山に
秋がくりや
たわわに揃う
稲、波
今年の豊作
笑ひやう
祝酒下り飯のつじな
室根、良とこ
おらが町

室根の山に
冬がくりや
白粉雪舞よる
寒さに負ける根柢と
教えてくれる
山、神
室根の山河はあかき
室根、良とこ
おらが町

「ふれあい」文芸コーナーでは、投稿作品を募集しています。毎月25日が締切りとなっておりますので、郵送もしくは室根市民センターへ直接お持ちください。選者による添削ののち、選ばれた句が翌号に掲載となります。【例：4/25 締切分→6/1 発行号掲載】皆さんの投稿をお待ちしております!