

会報

第 49 号 (2019/3/7)

〒720-0082

広島県福山市木之庄町 4-3-14

Tel&Fax:084-917-5937

Mail:info@crcc-fukuyama.org



Community Renaissance
Research Center

今後の予定

「お花見」のお誘い

4月3日(水) 10時〜14時頃

場所：市立大学北本庄キャンパス

参加費：500円

花吹雪の下で、一緒にお花見を楽しみませ
んか？お一人でのご参加も、当日の飛び入り
参加も大歓迎です。お出かけ前にぜひNPO
にご一報ください。今年の開花も早そうです
が、この日までに花がもちますよう…。

★お申し込み★

コミュニティルネッサンス研究所

TEL&FAX: 084-917-5937

MAIL: info@crcc-fukuyama.org



昨年のお花見
の様子(2018.4.2)

シニアサロン

3月29日(金) 14時〜

場所：ルネッサンス研究所

参加費：300円

内容：『コミュニティヘルスのある社会へ』
122ページから。

2月は都合によりお休みになりました。
参加者は少ないのですが、毎回各々が現在
直面している高齢問題をどう考えたらよい
のか、という話で盛り上がっています。
「高齢の家族と暮らしてのお悩みも、
この場で話してみたいかがでしょう。

「ケアの社会学」を読む会

3月までお休みます。



今号の内容

- ・ みそづくり
- ・ 編集後記
- ・ お便り募集！

※内容は以下に記載

活動報告

みそづくり

2月20日にNPOの集会室にて毎年恒例の味噌作りを行いました。昨年に引き続き、講師は味噌作りの達人、藤原スエ子さんです。参加者は地域の絆の利用者さん・職員さん・フリーペーパーびんまる』を見て今回申し込みました方・毎年お越し下さるベテランさんまで、総勢19名。

主に味噌作りのグループと昼食調理のグループに分かれて、講師の指示で作業開始。どちらのグループにも目配り、気配りしながら心配される藤原さん、さすがです。



柔らかく煮た大豆を手で潰すよ。
上手にできたかな？



ご案内のチラシには「簡単な昼食」と記載していましたが…皆で協力くださったおかげです。こんなに豪華になりました！

味噌作りの最大のクライマックスは、つぶした大豆と塩を混ぜた麴とをこねて丸めたものを桶に投げ入れる時。2歳の女の子も元気いっぱい投げて上手にお手伝いしてくれました。参加者の皆さんも「ポコーン、ポコーン！」と、良い音をたて、しっかりと空気を抜きながら投げ入れておられました。桶に収まった後は蓋をし、シールをして作成の日付を記入します。

味噌の仕込みが終わった後は、皆で昼食です。当日の献立は、おにぎり、手作りのおはぎ、具だくさんのお味噌汁(昨年手作りした味噌を使用)、酢の物、切り干し大根、味噌汁のダシを取った後のいりこで作った佃煮。そしてデザートは講師の藤原さんお持ちせの八朔です。品数多く、豪華な昼食となりました。私にとっては、おはぎの手作りも人生初の体験でした。

昨年手作りした味噌はともまろやかでおいしく出来上がっており、今年参加して下さった皆様にも300グラム程お土産として持ち帰ってもらいました。販売用に500グラムの味噌も10個限定で用意していたのですが、こちらも大人気であつという間に完売しました。

子ども連れで参加された方からは、味噌作りは初めてでした。泥んこ遊びに似た手の感触が楽しく、童心に返りました。また、娘も楽しかったようです。家に帰ってパパにお味噌汁の報告していました。」といったエピソードも届きました。今年の味噌もこれから熟成、しっかりと寝かせます。美味しくなあれ。

★藤原さんが用意して下さいましたレジユメより抜粋してご紹介します。★

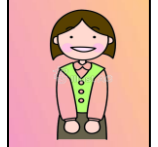
お味噌について 生活メモ

味噌は直射日光の当たらない冷暗所なら常温で保存できます。(味噌が熟成した後の)賞味期間はおおむね一年です。常温で時間が経つと色が濃くなりますが、アミノ酸と糖で起こる現象です。変色を防ぐには、味噌の表面が空気に触れないようにして保存すると良い。



味噌の仕込みが終わったら、
ちょうどお昼の時間。みんなで
「いただきまーす♪」

編集後記



NHKの人気番組「ヨコちゃんに叱られる」。「ご覧になった方もいらつしやるかもしれません。大人になるとあつという間に1年が過ぎるのはなぜ？」答えは、「キメキが無くなったから」。衝撃です。子どもの頃は何気ない日常の一つ一つが新鮮で「キメキ」がある、だから1年が長く感じられる。大人になると、色々な事を経験して日常から「キメキ」がなくなる。だから1年があつという間に感じる、という訳だそうです。納得。

さて、私は最近何にときめいただろう？と振りかえつてみました。ありました！昨年の5月連休に、落語好きの息子と大阪の「天満天神繁昌亭」へ行って寄席を楽しんだ時のことです。本格的な上方落語は初めての経験で、ワクワクしながら席に着いた時。あれが「キメキ」だったなあ、と。3時間たつぷり笑い、親子で大満足して帰路につきました。

「このような特別な体験でなくとも、何気ない日常の中にも「キメキ」を感じられるよう、もう少し「アンテナ」の感度を高めて、過ごしたいものです。(兼)

NPOへのお便り募集!

「ミルネへのお便りを募集します。」「感想・ご意見」などを、「お花見」欄に掲載のTEL・FAX又はメールアドレスにお寄せ下さい。

