

おおたん 第20号

2021年
6月14日
発行
☎52-3111



大田ふるさとづくり協議会理事会を開催しました

令和3年5月27日（木曜日）大田中央公民館2階ホールにて、理事会が開催されました。主な議題は次のとおりです。

令和2年度事業実施報告及び収支決算報告

事務局から事業実施報告及び収支決算報告の説明がありました。また、令和3年度の事業計画（案）及び収支予算（案）については、6月中に役員会、理事会で協議する予定です。

総会の開催について

昨年は、新型コロナウイルス感染拡大の為書面議決での総会でしたが、今回は人数を制限してでも開催すべきとの意見があり、開催する予定です。

大田ふるさとづくり協議会会費の納入状況

5月27日現在、276世帯13万9千5百円

大田地域振興計画について

理事会出席者で、今後の大田地域の望む姿について討論を行いました。その意見を基本に計画策定委員会を立ち上げて進めていきます。素案を7月中を目途に作成し、9月末の完成を目指します。



地域からのニュース

芋植え体験交流会

毎年この時期に、園児・児童が地域の方々と触れ合いと農作物を育て、収穫する喜びを実感してもらうことを目的に、大田子ども園・大田小学校・大田ふるさとづくり協議会で芋植え体験交流会を行っています。



今年5月23日（日曜日）13時30分より、大田小学校前の畑で、畝づくりとマルチ張りをを行い、5月26日（水曜日）9時30分より、大田子ども園児7名と先生3名、大田小学校1年生3名と担任の土谷先生と藤原校長、大田ふるさとづくり協議会吉廣会長ほか7名で、300本の芋苗「ベニハルカ」を植え付けました。子ども達の感想は、「楽しかった。おいしいイモに育ってほしいです」。



お誕生日おめでとーございます。

88歳以上のお誕生日をお迎えになった方々へ、杵築市社会福祉協議会から絵手紙ボランティアの絵手紙とコロナウイルス感染拡大防止用のマスクを、6月3日福祉委員の新田和子さんと地元の主任児童委員の小関さんが、下沓掛 河野マスキさんの自宅を訪問し、お祝いの品を届けました。



大田中央公民館主催教室「料理教室」

5月25日（火曜日）令和3年度

大田中央公民館主催教室「料理教室」が大田庁舎の調理実習室で開催されました。献立は胃腸にやさしい食材を使用した「豚肉と香味野菜の生春巻き・濃厚しじみ汁・トウモロコシあずきごはん・切干大根とセロリの煮物・柑橘ジャスミンゼリー・あずき茶」梅雨の薬膳料理です。

今年度は年6回の開催で講師は広瀬妙子先生と小倉倫子先生です。



「梅雨は」高温多湿な季節です。この時期は身体の中の水分も飽和状態になりがちです。水が余りすぎる上に代謝が悪くなってしまうため、むくみ・全身の倦怠感・食欲不振・頭痛感・下痢・便秘・水太り・湿疹・食あたりといった症状が出やすくなります。この時季の食養生（自然治癒力を高める食事）として

① 胃腸に優しい食材で、消化吸収をスムーズにして余分な水分が身体にたまらないようにする。

② 利尿を促進する食材で、体にたまった余分な水分をスムーズに排泄させる。

③ 気の巡りを良くする食材で、水分の流れを活性化する。が挙げられます。

梅雨の薬膳のポイント（1）

体内の水分代謝へ入れる（吸収する）廻す・出すを高める

この時期は身体の中に余分な水分が発生し、水分代謝が低下します。

◎ 消化器系の働きを調整することで、全身の代謝を促進し余分な水分がたまらないようにする食材

「はと麦・山芋・いんげん豆・エンドウ豆・大豆・穀類・いも類・かぼちゃ・人参・鶏肉（ささみなど）・牛肉・ドジョウなど」

◎ 余分な水分を尿などで排泄させる食材

「はと麦・金針菜・豆類（緑豆・小豆・大豆・そら豆・グリーンピース・枝豆等）・トウモロコシ（実とヒゲ）・冬瓜・マンゴー・鯉・鱧・スズキ・太刀魚・シラス」

◎ 香りにより、余分な水分を散らす食材

「みかん・キンカン・レモン・玫瑰花・ジャスミン・ニラ・らつきょう・しそ・三つ葉・みょうが・香草・パセリ・ミントなど」

◎ 身体を温め、汗などで余分な水分を出す食材

「生姜・ねぎ・ニラ・しそ・みょうが・三つ葉・パセリなど」



【編集後記】 田植えが終わり、螢の舞う頃となりました。

昔は家族や地域総出のにぎやかな田植え風景だったのでしようが、今は一人静かに田植え機で、きれいに苗が植えられます。頼もしくも、ちよっぴり寂しい風景にも見えます。ひとまずお疲れ様です。豊作をお祈りします。青少年・生活環境部 小関

香典返しありがとうございました。

故人のご冥福を謹んでお祈りいたしますとともに、ご遺族のご厚情に心から感謝申し上げます。今後大田の地域福祉のため有効に使わせていただきます。

5月31日 西俣水 木本 つや子様 金一封（故 俊彦様 77歳）

【今後の予定】

6月18日 大田小学校徒歩通学支援

大田小学校付近

6月中旬 大田ふるさとづくり協議会役員会

大田庁舎

6月下旬 大田ふるさとづくり協議会理事会

大田中央公民館