

みんなの元気で地域をつくる小奴可の里

小奴可の里だより

平成28年3月4日発行

庄原市東城町内堀 1100 番地 1 小奴可自治振興センター内 小奴可の里自治振興区

TEL/FAX 5-0057 E-Mail: onuka@vesta.ocn.ne.jp URL: <http://onukanosato.jp/>

小奴可の里の様子 人口 1,224 人 世帯数 507 戸 高齢化率 48.0%

小奴可の里元気作り教室 郷土料理教室



2月18日(木)小奴可研修センターで、小奴可の里元気作り教室郷土料理教室を開催しました。13名が参加。ひば郷土料理研究家小林富子さんを講師にお迎えし、「春を呼ぶ比婆山地の郷土料理」ということで、はまぐりずしと桃の花ずしを作りました。

講師の小林さんから、比婆地方では、正月やおひな祭りにハマグリを手に入れることが難しく、卵焼きでハマグリの形に寿司を作って雰囲気味わったことなど、料理のいわれを聞き、昔の生活に思いをはせながら調理をし、美味しくいただきました。

はまぐりずしのレシピ

【材料(15人分)】

米 1升(うるち米9合・もち米1合)、
寿司酢(酢250ml, 砂糖250g 塩100g)または市販の寿司酢300ml~500ml(お好みで)
にんじん中1本、しいたけ5枚、かんぴょう長2枚 卵15個(塩・砂糖)

【作り方】

- ①米は洗って普通より少し固めに炊く。
- ②ご飯に寿司酢を混ぜて寿司飯を作る。
- ③具は小さく切り、砂糖、しょうゆ、だしの素で濃いめに味付けし寿司飯に混ぜる。
- ④薄焼きの卵焼きを作る(味付けは塩と砂糖)。大きめに作った方が包みやすい。
- ⑤寿司飯を丸めて卵焼きに包んで四つ折りで、はまぐり型にする。
- ⑥火箸を焼いて、はまぐり模様に焼き目を付ける。

小奴可の里元気作り教室 サロン交流会



2月25日(木)小奴可自治振興センターで、小奴可の里元気作り教室サロン交流会を開催しました。

前半は、庄原市役所の方に、個人番号(マイナンバー)制度についてのお話を聞きました。マイナンバーは一生変わらない番号です。マイナンバーが記載されたカードは大切に保管し、必要な時以外は人に教えないようにしましょう。

マイナンバーについて分からないことがありましたら、庄原市役所企画課(0824-73-1112)か、総務省の

相談窓口(0570-20-0178)へお問い合わせください。

後半は、運動指導士清水あつ子さんに、家でも手軽にできるボール運動をしました。運動は日頃から行うことが大切です。

げんきいっぱい！ 小奴可保育所 生活発表会



2月21日(日)小奴可保育所の生活発表会が開催されました。

園児たちは、劇や歌、太鼓の演奏など、みんな元気いっぱいに発表しました。0歳児から年長組まで、年齢に応じた成長ぶりを見ることができ、子供達が1年1年成長していることが実感できた発表会でした。最年長の月組の園児たちは、自分たちの発表ができるだけではなく、年少の園児たちを手助けしたり、一緒に舞台でお話したりと新1年生になる準備と心構えができていたようでした。

新たな住民告知放送設備の使用申請に関する説明会

日 時 平成28年3月11日(金) 19:00~

場 所 小奴可自治振興センター

※説明会には、お手元に届いている「申請書類一式」と「認め印」をご持参ください。

※お問い合わせは、庄原市役所東城支所総務室(2-5111)へお願いします。

市原の大コブシ(内堀) クローン苗木里帰り事業

庄原市の天然記念物「市原の大コブシ」(内堀)の遺伝子を引き継いだ苗木7本が里帰りします。次の通り、植樹事業を行います。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

日 時 平成28年3月22日(火) 午前11時~

場 所 小奴可自治振興センター

式典終了後、11時15分ごろに市原の大コブシの近くへ移動し、植樹を行います。

地域マネージャーを募集します

次の通り、平成28年度地域マネージャーを募集します。詳細につきましては、小奴可の里自治振興区(5-0057)へお問い合わせください。

業務内容：主に地域高齢者を対象としたサロンの管理と運営

勤務時間：1日8時間(昼休憩1時間)または半日4時間

勤務場所：小奴可研修センター(東城町小奴可2464-6)

賃 金：日額7,300円(半日のときは3,650円)

応募条件：パソコン(ワード、エクセル)が使える人。

普通免許を所有している人(AT限定可)

募集人員：1名

募集締切：3月22日(火)までに、小奴可の里自治振興区へ

平成28年3月の行事(予定)

6日(日)	内堀自治会たたらの里やよい祭り	小奴可自治振興センター	9:30~
6日(日)	小奴可自治会 長寿を祝ってお弁当届け隊	小奴可研修センター他	
9日(水)	シャクナゲの会	小奴可自治振興センター	13:30~15:30
11日(金)	新たな住民告知放送設備使用申請に関する説明会	小奴可自治振興センター	19:00~
14日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30
22日(火)	クローン苗木里帰り事業	小奴可自治振興センター	11:00~
28日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30

平成28年4月の行事(予定)

11日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30
25日(月)	パソコン教室	小奴可自治振興センター	19:30~20:30

ご厚志のお礼

Web版には掲載しておりません。