



# くわのみ

## くわの友・結学園「地域の達人からイタリア料理を習おう」 jiccaria Esto 佐藤栄輔さん

「イタリアンシェフから習うクリスマス料理」で講師として参加させていただきました。コース料理ということで、複数種類の食材と調味料を用います。イタリア料理は割と馴染みもあり身近なものだと思いますが、イタリア料理ではよく使うけれど普段の家庭料理にはあまり使うことがなく、実際にご家庭で作ろうとしても「買って使いきれない」「購入したけれど冷蔵庫で眠っている」ということができるだけないように、今回は前菜によく使われる「バルサミコ酢」を多く用いるレシピにしました。



調理中は、皆さん手際が良く、和気あいあいとした中に連帯感があり、自然と調理分担がなされていて感服いたしました。また、食事の歓談やその後の質疑応答でもたくさんのお話が出てきてとても良い時間を過ごさせていただきました。今後の料理の一助となれば幸いです。

今回不慣れな講師という立場で至らない点多々ありましたが、皆様に助けていただき形にすることができましたし、よい経験となりました。ありがとうございました。また、機会がありましたら公民館隣の「ジッカリア エスト(jiccaria Esto)」をご利用いただければ幸いです。



## 男のわいわい塾「家でも作れる美味しいカレーづくり」

講師：富塚 美和さん

男のわいわい塾『料理にチャレンジ・家でも作れるスパイスカレー』の講師として参加させていただきました。市販のカレールーも使いつつ、本格的なスパイスや家庭でのカレーに入れないカットマト、しょうが、にんにくも入れて、ひと手間かかるカレー作りでしたが、男塾の皆さんはとても手際よく、チームワークばっちり、予定していた時間より早くできあがりびっくりいたしました。

3班に分かれて活動していただきましたが、どの班も上手に仕上がりました。

「カレーが嫌い」という方は、あまりいらっやらないと思いますので、ぜひご家庭でも作ってほしいと思います。

お料理=(イコール)愛情です!😊

みなさんの大切な人の顔を思い浮かべながら、「おいしくな~れ!」と魔法をかけて作ると、より一層美味しくなります!

愛情が一番の『スパイス』です! お体に気を付けて、お料理を楽しんでください。



みつけたらよんでみよう **おすすめの絵本** 筆：たかみや みちこ



## うらがえしサンタ

さく：苅田 澄子 え：高島 那生

『こんやは クリスマスイヴ。ようくんは まくらもとに くつしたをつるして  
ねたよ。「サンタさんから プレゼント、たのしみだなあ」ところが そのころ  
サンタさんは……』

みんなが知っているニコニコやさしいサンタさんとはちがう『うらがえし  
サンタ』のおはなしです。

うらがえしサンタってなに??なぜ、うらがえしサンタと呼ばれているの  
かは、よんでからのおたのしみです。「ええー!!」と、思わずつっこみたく  
なる、とてもゆかいなおはなしです。

どんなサンタさんでもやっぱりサンタさんに会いたいですよね。

ぜひ、まくらもとにそっとサンタさんへのプレゼントをおいてあげてみて  
はいかがでしょうか。

今年の10月に発売されたばかりの絵本です。みつけたら、ぜひよんで  
みてください。



## 郡山市明るいまちづくり推進委員会協議会 先進地視察研修会に参加して

桑野地区明るいまちづくり推進委員会 会長 藤橋 定行



令和5年度の先進地視察研修会が4年ぶりに実施されました。

今年度は、郡山市湖南町に隣接しております会津若松市湊町にある会津若松市湊町公民館  
を視察研修しました。

研修は湊公民館長より湊地域の歴史や現在の状況  
(人口は621世帯、1,529人)について説明があり、特  
に高齢化が進み、65才以上は49.7%になっていると言  
われました。

続いて、湊公民館の概要及び事業について説明があ  
り、その中で特徴的に活動しているものに

○地域学校協働活動○青少年教育○家庭教育○高齢  
者教育○女性教育○成人教育について説明がありまし  
た。私が特に興味を持ったのは、

- ① 地区にある小学校、中学校との連携により各種の事業が実施されていることです。「地域学校協働本部」  
となる組織を立ち上げ、放課後子ども教室を設置し、コーディネーターを配置し、学校と地域との連携を図っ  
ていることです。支援活動では授業支援は勿論、地区に根ざしたもので、サギソウの植栽講習・田植え・アス  
パラ収穫体験・森林の環境を考える学習補助、さらに中学生には浴衣の着付け体験など多種にわたっている  
ことです。成人教育では、講師に中学校の国語科の先生にお願いし、文字や話し言葉などの講座を開催し  
ています。(これらの活動が評価され、令和元年に福島県教育委員会表彰、令和3年には文部科学大臣表彰を受賞)
- ② NPO法人「みんなと湊まちづくりネットワーク」との連携です。湊町は面積もあり、集落が点在し、また、冬  
は雪も多く中山間地域にあり、少子高齢化により基幹産業の衰退、人口の減少等大きな課題を抱えています。  
これらの難題を地域住民自ら解決の方法を探るべくNPO法人を立ち上げ、具体的には、「バスの運行」「買  
い物ツアー」「農産物直売所」「湊の鉄文化掘りおこし」等運営し、活動を展開しています。

以上の内容で研修を受けましたが、行政・公民館・地域住民が協力協働互助精神で活動していることに  
関心しました。

