

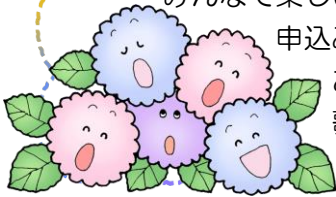


合唱教室再開!

◇日時: 6月10日(土)
午後1時30分~3時
◇場所: 大岩交流センター【多目的ホール】
◇指導者: 稲葉 扶美子さん

★季節の歌を歌ったり、手遊びしたりして、
みんなで楽しい時間を過ごしましょう。

申込み・参加費不要。どなたでも
お気軽にご参加ください。
歌って笑って若返りましょう!



6/3(土)

楽しいハンドメイド ~ハーバリウムを作ろう~

◇時間: 午後1時30分~3時
◇場所: 大岩交流センター



6/4(日)

田植え

◇日時: 午前10時~午後1時
◇集合: 岩本町営住宅集会所

★ハンドメイドと田植えの申込み受付は終了
しています。申込みをされた方は時間まで
にお越しください。

女性のための「健康づくり栄養」講座

〈明治安田生命・大岩地区公民館共催〉

いつまでも若々しく!
~老化を防いで体の中から健康に~

◇日時: 6月20日(火)
午前10時~11時
◇場所: 大岩交流センター【和室】

★身体の中から美しく!
秘められた野菜の力、食べ方などを
分かりやすく紹介します。
参加を希望される方は、6月13日(火)
までに交流センターへお申し込みください。

血管年齢測定が
できます。



玉手箱体操と楽集ネット

◇日時: 6月14日(水)
【玉手箱体操】午後2時30分~
【岩美病院 健康相談】午後3時~
「熱中症予防の食事と水分補給」
岩美病院 中井管理栄養士
◇場所: 大岩交流センター
★参加を希望される方は、前日までに交流
センターへご連絡ください。

おはなしぷりんメンバー募集

よみきかせグループ「おはなしぷりん」は、
岩美西小学校や大岩保育所、交流センターで絵
本の読み聞かせをしています。興味のある方、
絵本の好きな方、一緒に活動しませんか?
詳しくは交流センターまで。

〈おはなしぷりん代表〉小西 由美

潮風夏まつり中止のお知らせ

令和5年度潮風夏まつりですが、各自治会長
と協議の結果、従来の規模での開催は今年も中
止とすることにしました。

代わりに、交流センターを会場にして、小学
生対象の遊びコーナーを中心とした「ミニ夏ま
つり」を開催する予定です。小学生には、6月
下旬に学校を通してチラシを配布します。

元気はつらつプレー!

5月15日(月)、網代の芝生広場で、大岩地区グラウンドゴルフの集いを開催しました。爽やかな青空の下、30名の参加者が楽しくコースを回りました。



ホールインワン賞

濱田 章・北野 頼子②
 稲葉 直廣・鍵井 修己
 川口 恵美子②
 小島 勲・竹田 勝
 川口 弘子②
 澤 ふみ子・西村 重子
 稲葉 扶美子
 (敬称略)

1位 濱田 章(35打) **2位** 北野 頼子(36打) **3位** 稲葉 直廣(37打)

春の花植え

5月25日(木)、生涯学習推進員、西小5年生と一緒に、マリーゴールドとサルビアを植えました。学校裏の花壇が色鮮やかになりました。

また、推進員さんには交流センター外回りの草取りもしていただきました。ありがとうございました。



行事予定 6月 毎月回数は20日

2	金	にこにこサークル
3	土	ハーバリウム (午後1時30分~)
4	日	田植え (午前10時~)
5	月	絵手紙教室 ストレッチ同好会
7	水	生け花教室 ほっとスペース
8	木	生け花教室 健康カラオケ
9	金	書道教室 にこにこサークル
10	土	合唱教室 (午後1時30分~)
12	月	エコ手芸 ストレッチ同好会
13	火	銭太鼓同好会
14	水	いさりび会お弁当作り ほっとスペース
16	金	にこにこサークル
17	土	フラワークラブ (午後1時30分~)
19	月	エコ手芸 ストレッチ同好会
20	火	健康づくり栄養講座 (午前10時~)
21	水	生け花教室 ほっとスペース
22	木	生け花教室 健康カラオケ
23	金	書道教室 にこにこサークル
26	月	エコ手芸 第4月曜の集い ストレッチ同好会
27	火	銭太鼓同好会
28	水	いさりび会お弁当作り ほっとスペース
30	金	布あそびの集い にこにこサークル

やっちーさんの ええ加減料理

毎年大好評!

らっきょう漬けのシャキシャキ佃煮

★材料

A

- らっきょう漬け……400g
- らっきょう漬けの汁…100cc
- 砂糖……………大さじ5
- しょうゆ……大さじ3
- みりん・酒…大さじ2
- ちりめんじゃこ…15g
- しょうが……………少々

B

- かつお節…10g
- 白ごま……大さじ4

★作り方

- らっきょうは縦千切りにする。切ったら水でさっと洗い流して水分をよく取っておく。
- 材料Aを一度に鍋に入れて汁がなくなるまで煮る。
- 煮汁がなくなったらBを入れて出来上がり。

去年のらっきょう漬けの残りで作ります。

らっきょうパワーで夏バテ予防!