

# 各種公民館講座がスタート！

令和4年度の各種公民館講座が続々とスタートしています。受講者の皆さんは、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策を行いながら、さまざまな活動を通じて教養を深め、健康と体力の増進を図っています。

今月号では、その中から3講座の開講式や活動の様子を紹介します。

## 新郷いきいき倶楽部



新郷地区の人を対象にした「新郷いきいき倶楽部」の第1回学習会を5月26日に新郷連絡所で開催し、7人が参加しました。

学習会では、「デジタル教室」と題し、町役場でデジタル化を担当する企画情報課の職員を講師にスマートフォンの使い方について学び、カメラアプリや地図アプリなどを利用して操作方法を体験しました。

受講者からは「今まで電話やメールなど必要最低限の機能しか使っていなかったため、地図アプリなどの便利な機能を教えてもらうことができ良かった」との感想が寄せられました。



## 成人講座 ～女性コース～



成人講座～女性コースの第1回学習会を5月26日に町公民館大ホールで開催し、9人が参加しました。

当日は、地域おこし協力隊で野菜ソムリエの資格を持つ星野壮祐さんを講師に招き、「野菜ソムリエに学ぶ野菜のコト」と題して講話が行われました。受講者の皆さんは、野菜の鮮度の見分け方や山菜のアク抜きの方法などについて、メモを取りながら熱心に学習していました。



## 西中図書館 新刊オススメ本



『仕込み5分の漬けとく献立』  
[市瀬悦子 著]  
オレンジページ

「帰ったら、すぐごはん作らなきゃ!」。そんな毎日忙しい人のために生まれたレシピが『漬けとく献立』です。

作り方のルールはたったひとつ。朝、メインの肉や魚をたれにパパッと「漬けて」おいて、夜は火を通すだけ。材料の仕込みは全部「朝」なので、副菜と一緒に作っても帰って10分で絶品ごはんのできあがりです。

一度に2品を段取りよく作るヒントや調理のコツなども分かりやすく紹介されています。おうちごはんの新定番に、ぜひ作ってみてください。



『ウルトラ図解 骨粗鬆症』  
[竹内 靖博 監修]  
法研

『温暖化に負けない!バラ栽培のすべて』  
[鈴木 満男 著]  
NHK 出版



『幸村を討て』  
[今村 翔吾 著]  
中央公論新社

『剣持麗子のワンナイト推理』  
[新川 帆立 著]  
宝島社



## そば打ち講座

今年で3年目となるそば打ち講座の第1回が5月21日にさゆりオートキャンプ場管理棟で開催され、午前と午後の部にそれぞれ7人と4人が参加しました。

本講座には、3年前から参加している受講者やそば打ちは初めてという受講者もおり、講師から手順や水・お湯の量などの全体説明を受け、それぞれ個人指導も行われました。受講者からは「そば打ちは家族からも好評で、自分で打つのは楽しい」といった声も聞かれました。

