三原市
大和町下徳良 111
TEL(0847)33-1115

大和文化センターだより

平成２９（２０１７）年１月号

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願い致します。

体験講座で「炊飯器でパエリア料理」を開催

12月13日に体験講座で「炊飯器でパエリア料理」を開催しました。パエリアはバレンシア語で「フライパン」を意味し、スペイン料理の一つで魚介類などの具を入れ、サフランを加えて作る炊き込みご飯です。初めにレシピにそって作り方やポイントを説明しました。今回は、パエリア鍋の代わりに家庭でも簡単にできる炊飯器を使って仕上げます。魚介の火入れと水加減には特に注意しました。

オードブルの盛り付けには繊細さが要求されます。まぐろとアボカドをサーモンで丸く包み、トッピングしてサラダと共に盛り付けます。とまどいながらも手際よくスムーズに作られました。出来上がった料理を試食され、「パエリアは家でも試してみます。又開催してください。」という声もあり、満足された様子でした。

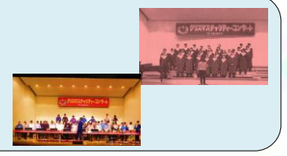
ホクト（株）研修生が来日

ベトナムから 16 名の第 17 期研修生がホクト（株）広島きのこセンターへ来られました。日本に慣れるため 11 月 7 日から約一か月間、当センターで日本語の勉強をされました。又、日本の文化、防災、法律等についても学びました。11 月 15 日には職員と合同で消防訓練や AED の取り扱いも勉強しました。

消防訓練

★11 月 27 日、ワタナベ楽器音楽祭 in クレオ～ピアノ発表会～が大和文化センター（クレオホール）でありました。子どもたちのピアノ演奏に、観客のみなさんも感動されたようすでした。

★12 月9日、広島三育学院によるクリスマスチャリティーコンサートが開催されました。小中高生の聖歌隊やハンドベル演奏があり、生徒たちの奏でる聖なる調べに聴き入っていました。。



★12 月 10 日、大和文化センターで、三原市文化協会による山田洋次監督作品の「母と暮せば」が上映されました。

★12 月 18 日、第 19 回三原市民ミュージカル「ももたろうの仲間」が三原市芸術文化センター（ポポロ）で上演されました。大和文化センターで、月一回の合同練習を含めて細かい打ち合わせを何度も確認しながら、のべ 35 回以上の練習をし、感動のフィナーレを迎えました。

大和図書館からのお知らせ

昨年中は、たくさんの方に図書館をご利用いただきまして、ありがとうございました。

本年も、皆様のご来館を心よりお待ちしております。

〇おすすめ本

・永田浩三/著

『ヒロシマを伝える　詩画人・四國五郎と原爆の表現者たち』

椹梨出身の四國五郎など、言葉と絵の力によって、原爆の惨烈さと平和を訴え続けた人々の物語です。

・岸田諭/監修

『勝つ！百人一首「競技かるた」完全マスター』

・戸田拓夫/著『おり紙ヒコーキ大集合 BOOK』

お休みを利用して、かるたや紙ヒコーキに挑戦してみてはいかがですか?

〇1月のおはなし会

・日程:7日、21日、28日（土）10時30分～11時

15日（日）14時～14時30分

・場所:大和図書館

※15日は大型本『しりとりのだいすきなおうさま』を予定しています!

なるほど！食の知識

（ごぼうとしいたけの煮もの）

ごぼうは血糖値の急激な上昇を抑え、血液浄化に働きます。しいたけは免疫力をアップさせ、インスリンを分泌する細胞に活力を与えます。糖尿病を改善して合併症を予防する効果があります。

材料　ごぼう１本　しいたけ８個　鶏もも肉 150g
人参1/2本　こんにゃく1/2枚　だし汁1/2カップ
醤油大さじ3　酒・砂糖各大さじ２　油大さじ1

作り方

① ごぼうは皮を剥いて4cmの太い棒状に切り、こんにゃく、しいたけ、人参は乱切り、鶏肉はぶつ切りにする。

② 油で①を炒め、だし汁を加えて煮る。アクをすくい、調味料を加えて弱めの中火で煮含める。

お申込み、お問い合わせは　大和文化センターまで
「☎/fax　０８４７－３３－１１１５」
生涯学習相談員　宮脇・吉岡