

生涯学習のすすめ・・・
心わくわくいきいきライフ

宮浦コミセンだより



宮浦コミセン自主講座の紹介 ④

三原そばの会(昇段試験特訓中)

平成21年に結成し、宮浦コミセンでは毎月第2土曜日に活動しています。仲間同士で互いに励ましあい競いあいながら「そば打ち」の技術と知識の向上を図ることを目的としています。また、「そば」の美味しさや「そば打ち」の楽しさを多くの方に知ってもらうために体験教室等にも取り組んでいます。現在11月6日、7日に行われるそば打ちの昇段試験に向けて特訓をしている最中です。

今年の昇段試験は尾道市で行われます。毎回100人を超える受験者が全国各地から参加するようです。三原そばの会からも、今年は初段に6人、2段に6人、3段に4人が挑戦をします。皆様のご健闘をお祈りします。

リーダーの方に聞いてみると、そば打ちで一番の「山場」は「水まわし」だそうです。そば粉の状況やその日の天候等により微妙な調整が必要であり、この段階でそばの味が決まるようです。この「水まわし」でそば打ちの80%は済んだようなものだと話しておられました。最初の第一歩が一番の山場であるとは、そば打ちの奥深さを感じさせられました。

右の写真は、昇段試験に準じて時間を計りながらそば打ちをしている時のものです。ピンと張り詰めた緊張感が漂っていました。



宮浦東部町内会の取組

百歳体操

毎週金曜日の午後に宮浦東部町内会主催の「百歳体操」が行われています。年齢とともに筋力が衰え、立ったり座ったりであるとか、荷物を持ち上げたり、鞆を手に持って歩く等の日常動作がしにくくなります。こうした事情を踏まえ、町内会のリーダーの下、DVDを見ながら皆さん一緒にストレッチをされています。

その後は、今の時勢に関する話題をもとに、自由な会話を楽しんでおられます。



宮浦コミセン推薦図書案内 ⑤

「読書する人だけが たどり着ける場所」

齋藤 孝 著 (SB新書)

読書の楽しみや効果については今更言うまでもありません。例えば、読書を通しての「疑似体験」や記述されている内容・主張を理解することによる新たな発見が、これまでの自分の考え方や受け止め方に幅をもたせてくれます。少し大げさかもしれませんが、読書は人生の深みをつくることになります。

著者は、国語教育や読書活動の推進で有名な方で、TV番組でもよくコメンテーターとして出演されています。この本はそうした著者による読書論ということになります。読書論といっても堅苦しいものではなく、「知識を深める本の読み方」であるとか、「人格を深める本の読み方」等の具体例が書いてあり、お薦めの本も紹介されています。「秋の夜長」活字に親しみ「自分磨き」に挑戦してはどうでしょうか。

暮らしの歳時記

★立冬(りっとう)；二十四節気の一つで、今年は11月7日(日)です。冬の気配を感じ、いよいよ寒くなっていく時期を表します。「暦のうえでは冬のはじまり」というフレーズがよく使われます。暦を意識して生活していくと、旬の花々を觀賞することで心が和んだり、旬の食材の美味しさを実感したりすることで、暮らしに張りとりズムが生まれてくると思います。ちなみに、この時期の旬な食べ物は「新そば」です。

