

第90号
平成26年
11月1日

久井南コミセン便り

久井南コミュニティセンター
住所 三原市久井町山中野1337
電話・Fax 0847-32-6316

中野地区自主防災訓練

10月19日(日)久井南コミセンに於いて、中野地区の自主防災訓練を行いました。

消防署北部分署指導のもと応急救護訓練(AED・傷病者搬送)消化訓練・土のう作り・炊き出し等多くの訓練を熱心に実施。今年は広島をはじめ日本各地に於いて大きな自然災害が多く、改めて皆さん真剣に取り組んでおられました。

炊き出し訓練は女性部と地域の応援者が担当。また、子どもさんの参加もあり、親子で消火訓練を体験されました。



初めてのトールペイントを体験

10月14日(火)16名の受講生がトールペイント(布のバッグ)に専用絵の具で素敵な絵を描きました。

「絵心がないから、絵が苦手だから」と手を出し辛いものですが、講師尾羽根千代美さんの優しいきめ細かな指導により、描きやすいコツやポイントを習うと少しずつ不安だった気持ちが和らいで、笑顔も出、会話ははずみ、筆の運びも軽やかになっていました。「難しかったけど、良い体験をしました。」

友達に見せるのが楽しみです。」
とても嬉しそうな笑顔が印象的でした。



素敵なバッグができました



新そばで手打ちそば体験教室

日時 12月2日(火) 9:30~13:00
場所 久井南コミセン調理室
講師 山口 郁恵さん
受講料 100円
材料費 1,000円
定員 15名
持参物 エプロン 三角巾



★そば粉から麺に作り上げる工程で一汗かきませんか！
ご褒美は、そばのルチンで健康体！！

募集

新春を彩る フラワーアレンジ

日時 12月23日(火) 19:00~21:30
場所 久井南コミセン講座室
講師 門田 京子さん
受講料 100円
材料費 2,500円
定員 20名
持参物 ・花バサミ
・持ち帰り用箱



★凛とした花を飾って
新年を迎えましょう！

花器は縁起よく青竹に活けます。

自主講座ご紹介 パッチワーク「ちくちく」

毎月1回、14人の仲間が集まって楽しんでいます。なんとなく暖かくて、周りの人をホットさせるパッチワーク作品の魅力に惹かれて・・・
少しずつコツコツと努力して、作品が出来上がった時の気持ちは何とも言えない達成感・・・
あなたもトキメク作品、一緒に作ってみませんか。



ふるさと料理教室レシピ紹介(大根餅)

(材料) ・大根 200g (皮をむいた物)
・白玉粉 1カップ (もち米でも良い)
たれ ・醤油 大2
・砂糖 小1

(作り方) ①大根は鬼おろしでおろしておく。
②おろした大根の中に白玉粉をいれて、手でよく混ぜ6等分して小判形にしておく。
③醤油と砂糖をあわせておく。
④フライパンにサラダ油を熱し②を入れて焼く。
⑤両面、焼き色がついたら③のたれを入れてからめる。

★お餅のようにふんわり柔らかく美味しいです。
お子様からお年寄りまで大好評です！！



お問い合わせ、お申込みは久井南コミュニティセンター。Tel・Fax 32-6316までご連絡下さい。