



南方コミセンだより

第 192 号

平成 27年 3月 1日

南方コミュニティセンター

TEL 86-4858



2月1日(日)「ほんごう芸能フェスティバル」本郷生涯学習センター(にいたかホール)に、南方コミセンより気功の会が友情出演しました。人生をより元気に楽しくをモットーに、練習した基本型「八段錦」を熱演しました。古代より中国の「気」を感じさせる演技は、パワーを感じエネルギーを会場一杯に届けていました。南方気功の会のみなさんご協力ありがとうございました。

お団子づくり体験



お団子大好き

2月10日(火)南方小学校5年生が南方女性会の協力でお団子づくりを体験しました。「さくら餅」「みたらし団子」を作りました。5年生は、女性会のみなさんが準備されたもち粉材料に砂糖と豆腐を加えた生地を楽しそうに練って、手の掌で上手に丸く丸めていました。桜の葉で包む「さくら餅」は、大変美味しく春の訪れを感じさせる味でした。

美味しいヘルシー料理



2月14日(土)南方地区社協の主催で、男性料理教室が行われました。食推女性のみなさんの指導で美味しく、ヘルシーな簡単に作れるメニュー料理を教わりました。各班4人ずつに分かれてレシピの説明を聞くときは、何が何だか分からず不安に感じましたが、食推さんの指導と参加者の手際よい作業で、時間内に出来あがりしました。最後に料理を全員で、おいしく頂きました。食事後の反省会では、今日習ったヘルシー料理を家に帰って作ってみたい。片づけを含め奥様方には、日常の食事への感謝をされていました。帰り際に、食推女性のみなさんから、義理チョコを頂いて思わぬ心づかいに感謝、感謝でした。