



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9月号



体験講座 受講者募集中 『はじめての木工』

日時 9月13日(水) 9:30~11:30
場所 大和文化センター 視聴覚室
講師 山口 郁恵さん
受講料 100円
対象 大人
定員 12名
材料費 1,500円
申込期限 9月8日(金)

カッティングボードづくりに挑戦



体験講座で8月3日に「フィルムコーティング・ブックカバーを作ろう」を開催しました。

講師は図書館司書2名が行いました。始めに実演と説明があり、皆さん作業にとりかかりました。ブックカバーはスムーズに作る事ができましたが、フィルムコーティングは細かい作業で、講師と一緒に作業を進めました。少し難しかったようですが、真剣に集中して取り組んでいました。子供さんからは、「きれいでできて楽しかった。」などの言葉もあり、達成感があったようでした。夏休みの宿題にも活用できますね！



自主講座「着物着付け教室」

ホクテ(株)に研修で来日されているベトナムの方が日本の伝統文化のひとつである着物の浴衣の着付けを大和文化センターで勉強されました。

浴衣は最近柄や、素材の変化から、『夏の衣服』として夏祭りや縁日、盆踊り、夕涼みなど幅広いシーンで着られるようになりました。生徒のみなさんは少しとまどいながらも楽しく勉強されていました。



大和中学校吹奏楽部 23人が、8月13日に、広島文化学園 HBG ホールで開催された広島県吹奏楽コンクールに出演されました。8月8日に、当センターで、「音を響かせる、強弱をつける」等、先生の指導のもと、真剣に練習をしました。

見事『中学校小編成部門 ゴールド 金賞』を受賞されました。



自主講座紹介 ダンスブラッド

ダンスを通して健康促進を図り、芸術に対する意識の向上と文化の発展を目的として、月1回大和文化センターで練習されています。活動内容として、ジャズダンスやストレッチなど行っています。



なるほど！食の知識

『かぼちゃ』

かぼちゃは、にんじんやほうれんそうと並ぶ緑黄色野菜の代表選手でビタミン類が多く、とりわけベータ・カロチンを豊富に含み、活性酸素を強力に除去する作用があり、ガン全般の予防・抑制に威力を発揮することで知られています。このベータ・カロチンをもっと多く含むのがわたの部分で、果肉の5倍もの量を含有しています。血行をよくし、便秘を防ぎ、胃腸を丈夫にし、成人病を予防します。

「かぼちゃの牛肉あんかけ」

牛肉は胃腸の機能を高め、しょうがとにんにくは、食欲増進と消化力のアップに有効に働きます。

(4人分)

材料 ●かぼちゃ1/2個 牛ひき肉 200g 刻みしょうが・にんにく各1かけ 昆布だし 2 1/2カップ みりん 1/4カップ 薄口しょうゆ・さとう各大さじ1 塩小さじ1 水溶き片栗粉大さじ1 サラダ油小さじ2

作り方●①かぼちゃは種を取り、乱きりにして、昆布だしと調味料で柔らかく煮て、そのまま冷やす。

②別鍋に油を熱し、しょうが、にんにくを炒め、牛ひき肉を加えて炒める。

③①の煮汁を加えて煮詰め、水溶き片栗粉でとろみをつける。器に、かぼちゃを盛り、牛肉あんをかける。

大和図書館からのお知らせ

〇めざせ、子ども司書！

大和小学校6年生 船井未来さんが7月26日～7月28日の3日間、「子ども司書」養成講座の現地研修を行いました。本の貸し出し・返却・予約・修理・装備などの体験を通して図書館員の仕事を学びました。

おすすめ本の紹介ポップを作成しました。ぜひご覧ください。



来月は、職場体験の様子をご紹介します。

〇9月の休館日
毎週火曜日 5日、12日、19日、26日
祝日 18日(月)、23日(土)

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・廉