

センター講座のご報告

令和8年度センタークラブ一覧

市民講座 ～みそ作り～

2月25日(水)、講師に料理研究家の上田真知子先生と竹本智津子先生をお迎えし、「みそ作り」を開催しました。

19名が参加し、あらかじめ煮ていた大豆を、粒が無くなるくらいに潰すことからスタート。手で潰す作業は力が必要で、すりこぎ棒を使う方もいました。その後、麴と塩を混ぜ、さらに、潰した大豆も入れて良く混ぜあわせ、団子状にし、ラミジップという袋に空気が入らない様に押し込んで詰めました。発酵のため、半年から10か月程寝かせてから完成！

上田先生が作ったみそでおみそ汁と炊き立てのご飯の試食会もあり、参加者から「みその出来上がりが楽しみ」や「おいしいみそ汁でほっとした」などの声がありました。みなさんからの出来上がったみその味の報告を楽しみに待っています。



まち協からのご報告

まちづくり協議会主催 ～魚の捌き方～



3月14日(土)、北九州水産物仲卸協同組合青年部の方々をお招きして「魚の捌き方」を開催し、保育園児から80代まで15名が参加しました。まず、講師が鰯を3枚に卸すところを見学し、その後、参加者が3枚卸しに挑戦しました。

切り身以外の魚を初めて見た子供もおり、魚に触ることをためらう姿も見られましたが、講師指導のもと、ぐんぐん上達し、最後には慣れた手付きになり、上手に魚を捌いていました。

また、鰯のお刺身が振舞われ、「おいしい」「いっぱい食べる」など賑やかな声が響き渡っていました。自分たちで捌いた鰯はお家でおいしく食べれたかな？



曜日	内容	クラブ名	日	時間
月	卓球	コスモス卓球会	毎週	10:30～12:30
	卓球	カトリア卓球同好会	毎週	13:00～15:00
	卓球	東雲卓球クラブ	毎週	15:00～17:00
火	ディスコン	ディスコン木下	毎週	10:00～12:00
	ラジオ体操 ディスコン	あおぞら	毎週	13:30～15:30
	英会話	えいご寺子屋	2・4	13:00～14:30
水	体操	日本3B体操	毎週	10:15～11:30
	新体操	東谷っこ新体操クラブ	毎週	19:00～21:00
木	体操	ユニーク健康体操3B	毎週	10:15～11:45
	小物作り	趣味の会	2・4	10:00～12:00
			2・4	12:30～14:30
	卓球	野ばら卓球クラブ	毎週	13:00～15:00
	書道	書道クラブ土筆	毎週	16:30～18:00
	書道	書道クラブ杉菜	毎週	18:00～19:30
金	切り絵	「紙切り虫」の会	4	9:30～11:30
	社交ダンス	小倉南ダンス	1・2・4	10:00～12:00
			3	13:00～15:00
	足裏 セルフ マッサージ	ふみふみクラブ	3	10:00～12:00
	卓球	南雲STT	1・2・4	13:00～15:00
	着付け	華みずき	3・4	18:30～20:30
	居合道	小倉南居合道クラブ	毎週	18:30～20:30
麻雀	東谷雀友会	2・3	10:00～12:00	
土	着付け	華みずき	2・4	10:00～12:00
	水彩画	絵画クラブ	4	10:00～12:00
	体操	千年会	2・3・4	10:00～12:00
	食育	元気キッズクラブ	4	10:00～12:00
	俳句	俳句クラブ	2	13:00～15:00
	体操	ピラティス・ストレッチ・ヨガ	毎週	13:00～15:00

カルスト旬会

畦焼の腰をおろせば雨ぼとり
生涯を土に馴染みて木の葉髪
多少とも生きる励みに苗木植う
刃を入れれば白菜の花顔を出す
紅さしてまためぐり逢ふ花椿
豆腐屋のラッパ過ぎ行く町うらら
鳥言葉わかる気がする春の朝
ケセラセラ昨日より濃きヒヤシンス

西脇 公俊
浦野 延子
篠原 敬祐
原田 すま子
林田 もと子
峰松 一郎
吉川 睦子
奥田 みゑ

4月 行事予定 ※予定は変更となる場合があります

日にち	センター行事	地域行事
3(金)	ふれあい昼食会	
8(水)		小・中学校始業式
9(木)		狂犬病予防注射
10(金)	パトロール14:30～	中学校入学式
14(火)		小学校入学式
20(月)	陽なたカフェ	
24(金)	パトロール19:00～	