



発行:マイタウン井田川まちづくり委員会 文化広報部
鈴鹿市西富田町11 鈴鹿市立井田川公民館 TEL378-9390

なかよし会

福祉部

4月10日(金)なかよし会を開催し、14組32名の参加がありました。今回は小山先生に来ていただき、リトミックで楽しく過ごしました。「手をつないでこんにちは」「〇〇君こんにちは」「あいさつしよう」と歌いながらあいさつをしあいました。次に親子で手をつないで「歩こう、歩こう、私は元気～」とトトロの歌に合わせて丸く歩き、速くなったり「ピタッ」と止まったり、反対回りに歩いたりしていました。子供を座布団の上に乗せて、お母さんが引っ張って回り半周で交代していました。中には泣き出す子もいましたが、楽しんでいる子が多かったです。最後に「さようなら、あんころもち、またきなこ」と歌って終わりました。次回は、5月7日(木)音楽遊びでくるっくるの皆さんに来ていただく予定です。



サロン井田川 in 和泉町

福祉部

4月15日(水)サロン井田川 in 和泉町を和泉町公民館で開催しました。参加者は16名でした。鈴鹿警察署から腹話術による交通安全教室がありました。4月から道路交通法が一部改正され、自転車をはじめとする軽車両に青切符が導入されることになりました。携帯電話の使用、ヘルメットの着用、車道の左側通行などです。また、その場で反則金を取られることは、ありません。それは詐欺ですので、警察に連絡してください。その後、クロスワードパズルで「いちじていし」「しんごう」「いんしゅ」などの文字をタテ、ヨコ、ナナメにかくされている中から探していました。最後に「長寿の秘訣は、食事、運動、そして交通ルールを守ること」と教えてもらいました。また、アルテハイムの菊山先生に



骨密度の測定をしてもらい、測定結果の説明をもらいました。カルシウムを有効的に摂取するにはビタミンDとビタミンKが必要でビタミンDは青魚や干し椎茸、ビタミンKは納豆やモロヘイヤに多く含まれているそうです。次回は5月19日(火)小田町公民館においてサロン井田川 in 小田町を開催の予定です。多数のご参加をお待ちしています。



裏面もご覧ください



4月20日(月)高齢者学習として「懐かしいげんこつ餡を手づくりしよう」を開催しました。参加者は13名でした。今回は、講師2名の指導でげんこつ餡作りに挑戦しました。レシピを配付してもらい、作り方を見ながら、なべに材料の黒砂糖、三温糖、水あめ、水を入れてよくかき混ぜます。次になべを火にかけ、よく混ぜながら沸騰させます。別のボウルに用意したきな粉の中に全部入れ木杓子でよく混ぜます。乾いたまな板の上にきな粉を敷いて、混ぜたものを少しずつ取り出し、2～3cmの太さの棒状にのばしていきます。伸ばしたものを斜めに切り、切り口にきな粉をまぶして出来上がりです。棒状に丸めるのに非常に力を入れないとうまくまとまらないようでした。皆さん汗を流すほど一生懸命にやっていました。水が足りなかったのか、ひび割れてきたりしていましたが何とか出来上がりました。食べてみるととてもおいしく懐かしい味でした。次回は5月18日(月)高齢者お楽しみ会として「マジックを楽しもう」です。白子マジックサークルの方に来ていただき、マジックショーを開催の予定です。皆さんお楽しみに！

文化広報部からのお知らせ

文化広報部の業務負担軽減のため、今回から広報紙「マイタウン井田川」の発行を3か月に1回とさせていただきます。何卒ご理解のほど、よろしくお願ひします。

5月度～7月度の行事予定

- 5/7(木) なかよし会 くるくる 10:00～ 井田川公民館〈福祉部〉
- 5/13(水) 食育授業 夏野菜の苗植え 井田川小学校1・2年 井田川小学校〈農業振興部〉
- 5/17(日) わくわく体験ニュースポーツ教室 9:00～ 井田川小学校
- 5/18(月) 高齢者お楽しみ会 白子マジックサークル 10:00～ 井田川公民館〈福祉部〉
- 5/19(火) サロン井田川 in 小田町 10:00～ 小田町公民館〈福祉部〉
- 5/25(月) メロディ教室 10:00～ 井田川公民館〈井田川公民館〉
- 5/30(土) 環境美化活動(ごみ拾い)井田川地区全体〈地域安全部〉【雨天の場合5/31(日)】

- 6/4(木) おりがみ教室 10:00～ 井田川公民館〈井田川公民館〉
- 6/10(水) サロン井田川 in 中富田町の山 10:00～ 中富田山公民館〈福祉部〉
- 6/12(金) なかよし会 くれよん劇団 10:00～ 井田川公民館〈福祉部〉
- 6/15(月) 高齢者お楽しみ会 三重アコーディオン協会 10:00～ 井田川公民館〈福祉部〉
- 6/22(月) メロディ教室 10:00～ 井田川公民館〈井田川公民館〉
- 6/23(火) 水引体験教室 10:00～ 井田川公民館〈井田川公民館〉

- 7/2(木) おりがみ教室 10:00～ 井田川公民館〈井田川公民館〉
- 7/10(金) なかよし会 アルエット 10:00～ 井田川公民館〈福祉部〉
- 7/13(月) 高齢者お楽しみ会 ギター演奏白百合会 10:00～ 井田川公民館〈福祉部〉
- 7/27(月) メロディ教室 10:00～ 井田川公民館〈井田川公民館〉
- 7/29(水) 手打ちそば教室 9:30～ 井田川公民館〈井田川公民館〉
- 7/31(金) サロン井田川 in 中富田町の町 10:00～ 中富田町民センター〈福祉部〉