



Vol.47 金杉 ミツオ さん (90歳) 南神崎

ピープル PEOPLE!



伝統技術・藤箕作りの伝承者

「藤箕ふじみの材料が身の回りにあるだけで、気分が良いし安心するんです」と話すのは、80年以上にわたり藤箕を作り続ける金杉さん。金杉さんは、国指定文化財「木積の藤箕製作技術」の数少ない伝承者の1人で、木積箕づくり保存会の会員として、毎月開催される「木積箕づくり伝承教室」の講師も務めます。

「小学3年生の時に母の手伝いで箕作りを始め、今は作っても1日1枚ですが、最盛期は1日5枚〜7枚の箕を作っていました」とこれまでの箕作り人生を振り返る金杉さん。「手仕事が好きな性分で、箕作りは天職なんです」とにこやかに話します。

「藤の皮を剥いだものと竹ヒゴの材料作りから丁寧にやり、良い箕が出来上がるとやはりうれしいですね」と箕を編みながら話す周りには、技術を学ぼうと教室の生徒さんが集まります。

金杉さんに今後の目標を伺うと、「箕作りを存続させるために先頭に立って頑張りたいです。少なくとも100歳までは作り続けたいですね」と後継者不足が懸念される藤箕製作技術の伝承者として意気込みを元気に話してくれました。

みんなみて!みて!!

アートギャラリー



ミノムシのリース。紙を折ってつなげてリースにするのを頑張ったんだ。好きな色の毛糸でミノムシを飾るのも楽しかったよ。



八日市場保育所
家鍋みなみちゃん



榎海小学校5年
多田望愛さん



水彩で描いたベゴニア。手前を濃く奥を薄くし、遠近感を出しました。奥がぼやけ過ぎたけど、全体的には狙い通り描けました。



八日市場第一中学校3年
角田舞渚さん



しんじょうの“払い”が、筆使いに注意して特によく書けました。「首」をバランスよく丁寧に書いたのもポイントです。

＼ みんなで筋トレ、続けて元気！ ＼



百歳体操!

百歳体操に取り組む団体を紹介。
皆さんもチャレンジしてみましょう。

Vol.17 新和会

会の名前は、長谷新田の「新」と和みの「和」で、みんなで元気になるようにという思いを込めて名付けました。

毎週火曜日に、みんなで集まり体操を楽しんでいます。コロナ禍前は、体操後に食事やお茶、歌なども楽しんでいました。

百歳体操の他にも、健康に関する知識を付けるため、公民館などで行われる健康講座などに、みんなで声を掛け合って積極的に参加しています。

活動場所 長谷新田集会所

発足時期 平成30年3月

問 高齢者支援課地域包括支援センター ☎73-0033



ヘルシーな学校給食をご家庭で再現してみませんか。
給食センターからこんにちは

Menu No.116

メロンパン風トースト

ほんのり甘いクッキー生地を食パンに塗って焼いたトーストです。自宅でも簡単にできるので、朝食やおやつにもおすすめです。

問 学校給食センター ☎70-2210

材料(4人分)

食パン(4枚切り).....	4枚
無塩バター.....	32g
砂糖.....	大さじ5
卵(Lサイズ).....	半分
小麦粉.....	大さじ6
バニラエッセンス.....	少々
グラニュー糖.....	適量

ポイント!

食パンの端まで丁寧に生地を塗って、焼き色が付くように仕上げましょう。冷めてもおいしく食べられます。

作り方

- ① 無塩バターを溶かして砂糖と割りほぐした卵を入れて混ぜる。
- ② ①に小麦粉とバニラエッセンスを加えて混ぜてクッキー生地を作る。
- ③ クッキー生地を食パンに塗り、グラニュー糖を適量かけて160℃～180℃のオーブンで8分～10分程度焼く。

栄養価(1人分)

エネルギー449kcal たんぱく質9.8g 脂質12.5g カルシウム38mg 食塩相当量0.9g

