



9月号

# さやまだい

2020年9月  
令和2年



まーくん

公民館・地区センターだより

さやちゃん

## 在宅講座 **おうち de ごはん** 狭山の料理レシピ 作ってみました♪

在宅講座として、広報さやまの人気コーナー「もぐもぐ sayama」や、狭山の特産品の狭山茶や里芋を使ったレシピ集を申込みされた受講者に配布しました。そのレシピ集から実際にご自宅で作ってくれた方の感想を掲載します。

### 〔サラダそうめん〕

シソ、トマト、キュウリ、ナスはうちにできたものを使用しました。トマト、キュウリ、ナスを1センチ角に切り、ショウガとシソは千切りにします。茹でたそうめんこれらの野菜をトッピングすると彩りよくご馳走感がでます。そうめんの出汁にレモンを加えることでさっぱりと。葉ショウガが爽やかさを増して暑い夏のお昼にぴったりでした。



サラダそうめんトッピングの材料



サラダそうめん完成品



里芋ピラフの材料



里芋ピラフ完成品

### 〔里芋ピラフ〕

おいしく作る手間は、鶏モモ肉1枚すべて1口大に切り、下味をつけておきだけ。洗ったお米と下味のついた鶏肉をフライパンで炒めて、他の材料と合わせて炊飯器で炊くというのは初めてのことでしたので、どうなるのか不安でした。出来上がったごはんの上にパラパラとお茶の葉をかけるとふっくらホカホカ！とてもおいしい炊き込みご飯でした。協力者：牧野さん

### 狭山台公民館利用団体

## 2020年成果発表(仮)開催予定!

今年度の市民文化祭は残念ながら中止となりましたが、ホームページ上で日頃の活動や成果を共有して、新たな活動の広がりに繋げていく企画を考えています。

～募集期間など詳細が決まり次第お知らせします～

〔開催期間〕 掲載可能日～令和3年3月31日

★次年度継続公開有

〔掲載方法〕 ホームページに各団体の紹介、写真・動画を掲載(発表風景、制作・調理工程、団体紹介など)データはUSB、メール、CD-ROMで持ち込みか、公民館のカメラ貸出

〔問合せ先〕 狭山台公民館 事務室

Tel:04-2957-1271

### 狭山台地域包括支援センターからのお願い◎

ご来所の際は、**事前予約**をお願いします。引き続き、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策に努めてまいりますので、ご協力をお願いします。

狭山台地域包括支援センター  
Tel:04-2999-3801

### 在宅講座

## 大人の塗り絵で脳を活性化

認知症予防、若返りなどが期待される塗り絵の素材をお配りします。全6種類(秋の庭、照紅葉、寒椿、クリスマスツリー、ひまわりと時計、紫陽花とてるてる坊主)をご用意しておりますのでご自由にお持ち下さい。

共催：水富公民館、柏原公民館

### 狭山市総合子育て支援センター ちゃっぼ事業

## あかちゃんワイワイ広場

あかちゃんあつまれ～♡楽しく遊びましょう!子育て相談などにもその場で応じます。感染症拡大防止対策として、人数制限により事前に申込みが必要となります。

〔対象〕 0歳～1歳6カ月くらいのお子様と保護者  
妊婦さん・パパ・ママ  
おじいちゃん・おばあちゃん

〔日時〕 10月13日(火) 10:30～11:30

〔定員〕 5組(保護者とお子様) **申込み制・先着順**

〔申込み・問合せ先〕 ※電話のみの受付

10月9日(金)～12日(月) 9:00～18:00

総合子育て支援センター Tel:04-2937-3624

### 小・中学生向けに

## 開放教室を始めました!

公民館のロビーに勉強できるスペースを作りました。12席ありますので、事務室窓口で受付をして、利用記入用紙に記入してから、密にならないよう席を指定してご案内します。事前に予約も可能です。

～守っていただきたいこと～

- ① 利用時間は2時間を上限として、17時まで
- ② 勉強(宿題)を行うものに限る ※ゲーム不可
- ③ マスク着用で、大声を出したり騒いだりしない
- ④ 指定されたテーブルの配置は変えない
- ⑤ 帰る時はイスを片付けて、ゴミは持ち帰り