

狭山台地域づくりをすすめる会主催
夏休み子供対象事業

☆子ども教室☆

国語・算数・英語など、1学期の復習や夏休みの課題を中心に指導スタッフと勉強しましょう♪

- [日 時] ①7月25日(月)～29日(金)
②8月22日(月)～26日(金)
①②9:30～11:30

[場 所] 狭山台元気プラザ内地区センター別室
①ふれあい交流室 ②まちづくり活動室

[定 員] 25名程度(先着順)

[費 用] ①②各回300円

☆習字教室☆

今年の夏も開催します!ぜひご参加ください。

- [日 時] 8月2日(火)～5日(金)
9:30～11:30

[場 所] 狭山台元気プラザ内地区センター別室
まちづくり活動室

[講 師] 春墨会(狭山台公民館登録サークル)

[定 員] 20名(先着順)

[費 用] 300円

☆子ども食堂☆

レッツクッキング!料理って面白い!みんなで一緒に作って楽しく食べましょう♪

- [日 時] 8月4日(木)カレーライス
9日(火)スパゲティミートソース
18日(木)炊き込みごはん
いずれも9:30～12:30

[場 所] 狭山台元気プラザ 2階 調理室

[対 象] 小学生(2年生以下は保護者同伴)

[定 員] 各回20名(先着順)

[費 用] 各回300円

★★申込み先★★

7月5日(火)から費用を添えて
狭山元気プラザ内狭山台地区センター別室
事務室へ TEL 04-2958-6701

友活&元活≒台活

まちづくりって???

みんなで自由楽しく狭山台についておしゃべりをしませんか。仲間づくりにもぜひ♪

[日 時] 7月25日(月) 8月22日(月)

ともに14:00～16:00

[場 所] 狭山台元気プラザ

[テーマ] 台活!!(狭山台活性化)

[対 象] こどもから大人までどなたでも

[費 用] 無料

[申込み] 不要、直接会場へ

[問合先] プリマベラ(ベラスケス龍 喜美江)

TEL 070-6995-9499

狭山台ふるさと祭り

今年も来ましたふるさと祭り!!

盛り上げていきましょう!

懐かしい顔に会いにお出かけください。

[日 時] 7月23日(土)

16:00～21:00

雨天中止

[場 所] 狭山台中央公園野球場

[主 催] 狭山台地区自治会連合会

子どもから大人まで!知って安心

すこやかスクール@狭山台

今月のテーマ「認知症予防の食事」

(テーマが変更になりました。申し訳ありません。)

体に良い食事をして元気になりましょう!!

私たちがお手伝いします。

[日 時] 7月21日(木) 14:00～16:00

[場 所] 狭山台公民館 ホール

[講 師] 入間川病院 管理栄養士 馬場 由希子 氏

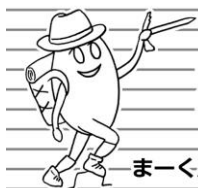
[定 員] 80名(先着順)

[費 用] 無料

[共 催] 医療法人 入間川病院

[申込み] 富士見・狭山台地域包括支援センターへ

TEL 04-2969-0080 Fax 04-2969-0081



7月号

さやまだい

公民館・地区センターだより

平成28年
2016年7月

さやちゃん



料理教室

楽しく、身についた

『本格!台湾料理教室』



土田先生(左)の料理指導

6月7日(火)、14日、21日AM9:30～11:30

狭山台公民館 調理室にて、土田丹智子先生(料理研究家)を講師に迎え、台湾本場の食材を使い、台北、高雄、南部の有名な美味しい台湾料理を、3回に分けて伝授して頂きました。

受講者は男性1人を含め、計15名の参加者に対して毎回の料理教室で3品の台湾料理講習指導がありました。

各自に配られた土田先生独自の調理メニューを基に、合計9品の料理体験をしたことで、自宅で習った台湾料理を家族に食べさせられたとの声が聞かれました。

本格台湾料理教室での料理名(日本名)を、写真入りで紹介します。

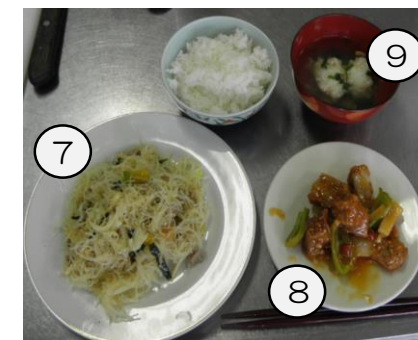
- | | | |
|-------------------|--------------------|----------------|
| ① 魯肉飯(煮込み豚肉かけ飯) | ④ 乾焼明蝦(海老のチリソース) | ⑦ 炒米粉(焼きビーフン) |
| ② 蚕豆蝦仁(そら豆とエビの炒め) | ⑤ 蛋餅(玉子巻きクレープ) | ⑧ 咕咾肉(酢豚) |
| ③ 春捲棒(春巻スティック) | ⑥ 蚵仔煎(牡蠣(カキ)お好み焼き) | ⑨ 魚丸湯(魚つみれスープ) |



6月7日の料理



6月14日の料理



6月21日の料理

土田先生の料理教室は、料理の作り方の他に、料理文化や歴史について、興味深い説明が印象的でした。例えば、

- 卵に針で孔をあけて茹でると黄身が真ん中に収まる。
- 海老の背ワタ抜き時に、腹に切り込みを入れると海老が丸く揚がらない。
- 唐辛子は火を通す程、辛くなる。
- 調理品を盛るお皿の大きさや、形状にも決まり事がある。

• 唐辛子は、唐(中国)から日本に入り、豊臣秀吉が朝鮮出兵時に、足が冷えないように唐辛子を靴の中に入れて使用したことが、現在の韓国に唐辛子が普及させた要因になった説など、他にも沢山楽しい説明がありました。

記者雑感

料理教室をTVで観る機会がありますが、美味しく料理する方法の説明だけであり、土田先生の料理は食文化としての背景の説明を加えることに強く感銘を受けました。 村上記者