

お福公民館だより

令和7年1月号 vol. 414

於福公民館 美祢市於福町下 2848 番地 1

TEL:56-0001

FAX:56-0044

mail:ofuku@city.mine.lg.jp



於福公民館 HP

令和6年度 第2回於福町民講座

パン教室

1/25(土)
10:00~12:00

場 所:於福公民館 1階調理室

定 員:15組(先着順)

※1組1人~3人

※小学校3年生以下が参加の場合、保護者の同伴が必要です(例:子ども2人と保護者1人で1組)。

参加費:1,000円/組(当日集金)

講 師:下手 知子 氏

準備物:エプロン、三角巾、マスク、タオル、持ち帰るための容器(タッパー等)

申込方法:於福公民館(☎56-0001)にお申込みください。

申込締切:1月16日(木) ※ただし、定員に達し次第締切



節分にちなんだ
“鬼”のパンを作ろう!



←こちらからも
申込できます。



※写真はイメージです。どの鬼のパンを作るかについては参加者の年齢構成等を見て、事前に講師が決定します。



まなぶ・つどう・むすぶ

おいでませ公民館



国道316号線沿い清掃活動

11月16日(土)、国道316号線沿い清掃活動を実施。ゴミ拾いや桜並木周辺の草刈りを行い、国道沿いがきれいになりました。



於福町民親睦ゴルフ大会

11月18日(月)、レークスワンカントリー倶楽部で於福町民親睦ゴルフ大会を開催。43名が腕を競いました。

優勝：重田 清秋	6 位：岡村 久夫
準優勝：森川 晋一	7 位：田辺 一清
3 位：白井 茂昭	8 位：中原 民男
4 位：梶塚 学	9 位：阿野 元宣
5 位：重枝 直秀	10 位：田上 正義

放課後子ども教室クリスマス会

12月1日(日)、ほほえみの会主催の放課後子ども教室クリスマス会が開催されました。まずは、餃子づくりに挑戦。講師の徳並さんの説明に子どもはもちろん大人も釘付け。教わったコツをきっと自宅でも実践されたことでしょう。



餃子が焼けるまでの間は、ほほえみの会オリジナルゲームの「かまぼこ板じゃんけん」を行いました。「じゃんぽん!」「よっしゃー!」と元気な声が響き渡りました。



餃子が焼けたら、いよいよ試食タイム。手作りの餃子はモチモチで、たくさんの子がお代わりしていました。デザート



にケーキを食べた後は絵本の読み聞かせ、プレゼント配布が行われ、子どもたちは少し早いクリスマス気分を味わいました。

寿大学研修旅行

11月20日(水)、於福寿大学の研修旅行を開催。当初はリンゴ狩りの予定でしたが、夏の猛暑でリンゴが不作となり、急遽、津和野町・山口市方面に行程が変更となりました。津和野城下町の散策や郷土料理を楽しんだ後、ニューヨークタイムズの「2024年に行くべき52カ所」で世界で3番目に選ばれた山口市へ。瑠璃光寺や龍福寺を訪れ、山口の魅力を再発見しました。



福賀神楽公演

11月24日(日)、於福の文化を高める会主催の福賀神楽公演が行われました。演目は「大蛇(おろち)」。大蛇が暴れて観客に迫ってくる場面では観客の皆さんから驚きの声が上がっていました。公演終了後は衣装の着用体験や大蛇との記念撮影の時間が設けられ、神楽の世界をより身近に感じる機会となりました。



新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。

皆様には輝かしい新年をお迎える事とお慶び申し上げます。

さて、昨年は世界の政情が不安定になり、又自然も過去の経験を超える気候変化で、例年のない猛暑を経験し、大変な一年でありました。

そのような中、年が改まり本年は巳年であります。蛇は脱皮をすることから巳年は復活再生を意味すると言われています。蛇の夢を観ると吉兆とも言われ大変縁起の

良い干支となります。ですから、私も今年は美祢市、於福が元気になる事を信じ、市議会の副議長として、さらに精進し努力を重ねてまいりたいと決意しております。

皆様におかれましても、この一年が素晴らしいものとなります様ご祈念申し上げ、新年の挨拶とさせていただきます。

美祢市議会 副議長

村田 弘司



男性の料理教室



12月3日(火)、地区社協主催の男性の料理教室が開催されました。始めに野菜の栄養バランスについての講話を聴いた後、食

生活改善推進委員の指導を受けながら調理スタート。手慣れた包丁さばきを見せる方、慣れない手つきで調理する方と様々でしたが、全員で協力して7品が完成。最後においしく会食しました。

★次のページにレシピを掲載しています。

健康づくりに取り組もう!

みね健康マイレージ

健康にいいことにチャレンジしてポイントをためるだけ！ポイントがたまると県内の協力店で割引サービス等が受けられる特典カードがもれなくもらえます。さらに、抽選で素敵な景品が当たります。

実施期間

令和7年2月20日まで

対象者

18歳以上の市民(在勤含む)



※詳細は右上のQRコードまたは公民館に設置している“チャレンジシート”をご覧ください。

知っちよる？ 於福

於福の平国木に、殿山という小丸い山がある。城跡と伝えられるが、誰の居城かさっぱりわからない。



むかし、この城に出入りする平三という若者がいた。お伝という城のお女中と、切っても切れぬ恋仲となった。

いずれは夫婦になろうと約束していたが、平三は殿様のお供をして江戸に行った。三年も帰国できないことを知った平三は、「そんなにお前を待たせては気の毒だから、これまでのことは無き縁とあきらめて、他へ縁づいてくれてもよい」と文を送った。

その文を受け取ったお伝は、「私を捨てて、江戸で情婦をこしらえた。無念無念、このうらみ晴らさでおこうか」

Vol. 34 お伝の呪い

と逆上した。可愛さ余って憎さは百倍。女の一念物凄く、遂に蛇となり、吉友にある十一面観音に詣で、夜な夜な呪いの釘を打った。お伝の執念は江戸に通じ、平三の眼前に蛇になって現れ、とうとう平三は呪い殺された。お伝もうらみの一念を達して相果てた。今も平国木にはお伝屋敷、平三屋敷の地名が残っている。



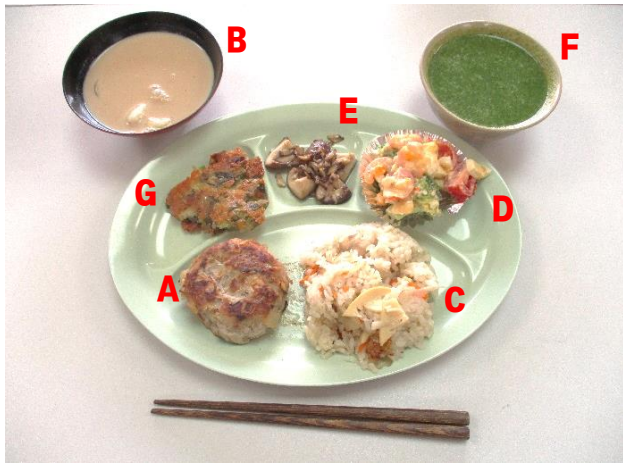
吉友にある観音堂



観音堂内部(真ん中が十一面観音)

【「美祢市史」より】

レシピの紹介 ～12月3日(火)開催 男性の料理教室より～



A: 森の恵みハンバーグ

【材料(5人分)】

豚ひき肉	300g	片栗粉	大さじ1
玉ねぎ	100g	塩	小さじ1
干しシイタケ	4枚	顆粒だしの素	小さじ1
水煮タケノコ	100g	コショウ	少々
		サラダ油	大さじ1

【作り方】

- ① 干しシイタケは水(分量外)で戻しておく。
- ② じくを切り落としたシイタケ、玉ねぎ、水にタケノコを粗目のみじん切りにする。
- ③ ボールに豚ひき肉と塩を入れてよく混ぜる。
- ④ ③に②、顆粒だしの素、コショウを入れ、だまにならないように片栗粉を少しずつ振り入れながらよくねり混ぜる。全体に粘りが出たら、10等分して小判型に成形する。
- ⑤ フライパンにサラダ油を入れて中火にかけ、④を入れて焼く。片面が焼けたらひっくり返して蓋をし、弱めの中火でひっくり返しながらか焼く。

B: きな粉汁粉

【材料(2人分)】

豆乳(無調整)	250ml	A	片栗粉	小さじ1/3
きなこ	大さじ3		水	小さじ1
黒糖	大さじ2		さつまいも	40g
			もち	1切れ

【作り方】

- ① 鍋に豆乳、きなこ、黒糖を入れて中火にかけ、温めながらよく混ぜて溶かす。溶けたら A でとろみをつける。
- ② さつまいもは皮付きのまま6~7mm厚さの輪切りにし、さっと水にくぐらせて、耐熱容器に入れラップをかけて電子レンジ(600W)で2分半加熱する。
- ③ もちは半分に切り焼く。
- ④ 器に①をそそぎ②と③を加える。

★下記のレシピは右下のQRコードからご覧いただけます。

C: タケノコご飯

D: エビとブロッコリーのころころサラダ

E: シイタケのオリーブオイル炒め

F: グリーンスープ

G: ジャがいもチジミ



あたたかいご厚志、
ありがとうございます。
(於福地区社協受付)

河部 イツエ 様
(亡夫)

新春雁飛登山大会中止します

毎年1月1日に開催しております新春雁飛登山大会ですが、熊の目撃情報があることから今年度も中止します。楽しみにされていた方には申し訳ありませんが、ご理解いただきますようお願いいたします。

田代コミュニティセンター利用者協議会

年末年始職員不在となります

令和6年12月28日(土)から令和7年1月5日(日)まで、於福公民館及び於福出張所は職員不在となります。ご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願い致します。



1月行事予定

6日	月	吹矢おふく	14:00~
7日	火	パワフルおふく	13:30~
16日	木	於福元気クラブ	10:00~
18日	土	新年を祝う会	18:00~
20日	月	吹矢おふく	14:00~
21日	火	パワフルおふく	13:30~
25日	土	第2回於福町民講座	10:00~