

令和6年5月の事業報告

ダンスダンスダンス（ほんそごスクール）

5月12日、日曜日、ダンス教室を開催しました。この日のレッスンでは新たな発表曲を習いました。難しい部分に苦勞していましたが、「家でも練習するぞ!」と意気込んでいました。

メンバーは随時募集しています。お気軽にコミセンまでご連絡ください。



柿の摘蕾作業（ほんそごスクール）

5月19日、日曜日、水浦さんの柿農園で摘蕾作業を学びました。参加者は真剣に説明を聞き、その後黙々と作業されていました。「楽しい!」「もっとしたい!」という声もあり、他の木の摘蕾もさせていただきました。講師の水浦さんも「ぜひ夏休みにも手伝いに来てほしい」と絶賛するほどの働きでした。

後半は、剪定した枝を燃やして焚き火体験!その上でフランクフルトを焼いたり、飯盒炊飯でお米を炊いておにぎりを作って食べました。最後まで楽しい活動となりました。

今回も柿ができるまでの大切な作業を楽しく学ぶことができ良かったです。



いきいきたぶし会（まちづくり部）

5月21日、講師に伊藤八恵さんを招き、笑いヨガををしました。出前講座専門指導者としていろんなところで笑いヨガを伝授しておられます。“笑う”ことで、体内に酸素が取り込まれ、心身ともにすっきりし、ストレス解消効果もあるとされており、その健康効果に近年注目が集まっています。参加者の健康を維持し、楽しく交流していただこうと、実施しました。

最初は作り笑いですが、段々本当におかしくなり、初めて会った人でも目と目と合わせて笑うと、以前から知り合いだったような気持ちになりました。

島根県立大学の学生さんもコミュニティ実習の一環で一緒に参加され、とても賑やかに楽しい時間となりました。



さつまいもの苗植え体験（青少年部）（ほんそごスクール）

5月25日、土曜日、今井自治協会長の畑でさつまいもの苗植え体験をしました。濱田満明さんから植え方の説明をしていただき、安納芋の苗100本とべにはるか苗20本を子どもたち1人1レーンを担当し植えました。



ダンスダンスダンス（ほんそごスクール）

5月26日、日曜日、この日もみんな熱心に取り組んでいました。「家でいっぱい練習してきた！」と自信満々に踊っていました。そして、チーム名も決まりました。「SMILE だんだん KIDS」です！今後はこのチーム名で頑張っていきます！



男の料理教室（まちづくり部）

5月28日、火曜日、この日のメニューは、アジの南蛮漬け、じゃがいもスープ、牛乳ゼリーでした。

難しく面倒なイメージのある鰯の南蛮漬けですが、割と簡単に作れました。骨付きの魚を使って南蛮漬けを作ると、骨がやわらかくなってカルシウムの吸収もしやすくなるので、食欲が落ちる暑い時期にはおすすめの料理法です。参加者は慣れた手つきで上手に調理しておられました。

