

※下記の予定は5月2日時点の情報であり、追加・変更の場合はご了承ください。



コミセン(上段)・うるおいの郷(下段)

日	月	火	水	木	金	土
14	15 ・民謡サークル	16古紙回収 ・社会部あいさつ運動 ・つばきの会	17 ・児童クラブスタッフ会議 ・自治協会理事会	18 ・立哨(上津小バス停) ・木曜会	19	20
			・青少年部会			・あみものサークル
21 ・体協ウォーキング大会 ・遺族会	22 ・みちくさ教室 ・民謡サークル	23古紙回収 ・ミニデイサービス ・自治協会	24 ・県農林振興センター	25文書配達	26	27
	・医療生協		・慶人会	・大正琴		・消防上津分団
28	29 ・奥井谷前町内常会	30古紙回収 ・JA女性部総会	31	6/1	2	3
	・民謡サークル					・上津小体育祭
4 ・防災隊総会	5 ・みちくさ教室遠足	6古紙回収 ・つばきの会 ・社福評議員会 ・建築組合	7	8文書配達 ・四つ葉会	9 ・胃がん検診	10



～斐伊川が育んだ 上津ロマン～



上津コミュニティセンター報

2023年5月

第290号

かみつ

発行：上津コミュニティセンター
所在地：出雲市上島町1031
電話：0853-48-0301
FAX：0853-48-0361

上津の人口
(令和5年3月末現在)
世帯数 396戸
人口 1,094人
男性 564人
女性 530人

ほのぼの上津

児童クラブ、春休みのある日。ぐるぐるパンづくり。美味しくな一れ、美味しくな一れ。↓



おはようございます。社会部あいさつ運動です。新一年生はランドセルカバーで分かれますね。



ご存じですか？上郷神社に「御衣黄」があるんです。三刀屋の御衣黄に負けず劣らず美しい花を咲かせます。

食育コラム



先生は言われるのです。

山菜は200種以上あるようですが、自分で見分けて採れるものは数えるほどしかありません。食したのはセリ、ミツバ、シャク、ハナウド、コゴミなど。春一番にフキノトウ味噌は美味しいですね。他にもカンゾウやウバコリ、ギボウシ、ツワブキ、クズ、タキナなどエトセトラ。今まで見過ごしていた植物が、名のある見知ったものになるのは嬉しいものです。また緊急時に食せるものを知っておくというのも役立ちます。ただ、若芽の時には区別のつきにくい有毒植物もあるので、図鑑片手によく観察し、匂いや形をしっかりと見極めましょう。

栄養的には、アクやクセのある味は抗酸化物質のポリフェノールなので、水にさらすと流し失しやすくなります。アク抜きをせずに食べるには、天ぷらがおすすです。山野草は大抵のものは天ぷらだと美味しく食べることが出来ます。

参考文献：「山菜採りの教科書」大海淳著
「摘み菜がごちそう」平谷けいこ著
「有用草木博物事典」草川俊著

今月のレシピ

◎黒糖蒸しパン(15cmスクエア型1個)

材料

薄力粉130g、重曹5g、牛乳100ml、黒糖100g、卵1個、はちみつ大さじ1、サラダ油大さじ1、酢小さじ1/2、干しぶどう30g

作り方

- ※蒸し器が使えるようにしておきます。
- ①薄力粉と重曹は混ぜてふるっておく。
- ②牛乳、黒糖、卵、はちみつ、サラダ油、酢はよく混ぜ合わせておく。
- ③②の中に①を入れ混ぜ合わせる。
- ④型の中にクッキングシートを敷き、③を入れる。
- ⑤1分くらい蒸したところで干しぶどうを表面に散らす。
- ⑥強火で25分くらい蒸す。竹串を刺し、生地がついてこなければ取り出す。

ひとこと

重曹は酸で中和しないと苦みが残るので、はちみつや酢を入れます。生地は器の7分目くらい入れて下さい。

◀食育指導士 遠藤 訓子▶



10個!?に分かれた玉ねぎ。まるでニンニクみたい。



お庭拝見。今年も見事に咲いたキリシマツツジ。



子ども達の登下校を見守る芝桜

桜ヶ丘公園災害復旧工事、中央公会堂の裏の法枠はまるでワッフルのよう。



青空を元気に泳ぐ上津幼稚園のこいのぼり。

わたしの水墨画



元氣ビヨビヨ

曾田 幸浩

ある日のオタマジャクシ

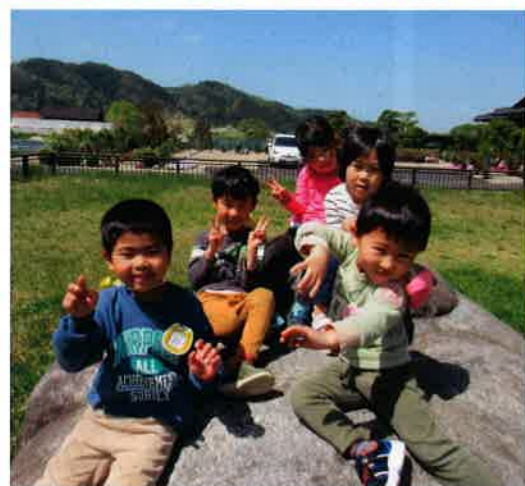


ダイコンの花が美しく似合うオタマの乙女たち

4月終わりのある日、天気も良かったので大谷カエルランドでしばらくの間、水面を観察していました。目の前にはすくすくと大きくなって元気よく泳ぐオタマジャクシ、愛らしくしっぽをふりふりしながら泳いでいます。お腹空いてないかい？推定4万匹のオタマジャクシが暮らしていくためにはたくさんのごはんが必要です。近所の方に人間が食べないようなハクサイやダイコン、カボチャなど（特に腐りかけがおいしい）をいただいてやっています。これらを水面にポチャッと落とすと一瞬は向こうに逃げるのですが1分もすると順番に寄ってきて食べ出すのが見えます。唇を伸ばしてむしゃむしゃ食べる様子、時には裏返ってお腹に透ける腸を見せながら食べる様子、見飽きないなあ。気がつくと1時間が経っていました。

天気とオタマジャクシのおかげで、心も身体もスッキリです。

こんにちは！上津幼稚園です



今年度は、1名の新入園児を迎え、5名でスタートしました。年中3名、年長2名の元気いっぱい子ども達です。

4月は、カエルランド探検やたけのこ掘り、水辺公園で春見つけなど、地域の自然の中でたくさんの発見をしながら遊びました。今年度も、楽しいことをたくさん見つけて、元気に遊びます！応援の程よろしくお祈りします。

見守り 新鮮情報

想定外の 高額請求！ トイレ修理 トラブルに注意



記事のある業者に依頼した。最初ポンプのようなもので作業したが改善せず、ドリルのようなもので詰まった異物を粉碎することになった。「**通常50万円**だが**半額**にする」と言われた承し、詰まりは解消した。手持ちの現金がなく翌日支払うと伝えたがダメだと言われ、**ATM**で引き出して**支払った**。気になって、後日他の業者に聞いたら、**ありえないほど高額**だと言われた。(60歳代)

トイレが詰まったので、インターネットで検索し「修理〇百円～」と

上津ウォーキングスタンプカード 現在1,890枚



スタンプがたまったら、コミセンに持っていこう！

ひとこと助言



想定外の作業は断つて

- 広告に表示された料金で作業できるとは限りません。広告の料金をうのみにせず、依頼する際は、その料金での作業内容や追加料金が発生しないかなどを確認しましょう。
- 想定していないほど高額な料金の作業を提案された場合は、作業を断るようしましょう。また、請求額や作業内容に納得できないときは、後日納得した金額で支払う意思があることを示しつつ、その場での支払いはきっぱり断りましょう。
- 地域の工務店などの、安心して依頼できる事業者の情報を日ごろから集めておきましょう。
- 広告表示額と請求額が大きく異なる場合など、クーリング・オフできる可能性もあります。困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。

本文イラスト：黒崎 玄

見守り新鮮情報 第448号(2023年4月18日) 発行：独立行政法人国民生活センター

令和5・6年度 上津地区自治協会 新役員

役職	町内	氏名	役職	町内	氏名
会長・奥井谷前町内会長	奥井谷前	佐々木弘信	社福評議員・代議員・西谷町内会長	西谷	稲村 伴信
副会長・理事(ブロック長)・丸ケ谷町内会長	丸ケ谷	勝部由紀夫	代議員・延畑町内会長	延畑	畑 剛
副会長・理事(運営委員会)	原	富田 勝美	監事・代議員・森坂町内会長	森坂	金山 亮
理事	森坂	勝部 明美	代議員・奥井谷上町内会長	奥井谷上	池田富士男
理事	丸ケ谷	太田 千恵	代議員・中央町内会長	中央	金山 勝
理事	大谷	國谷 良孝	社福評議員・代議員・三田谷町内会長	三田谷	金山 教夫
理事	森坂	勝部 正	代議員・大谷町内会長	大谷	嘉本 悟
理事	上島上ゲ	永瀬 学	代議員・菅原町内会長	菅原	勝部 陽
理事・土木委員長	三田谷	金山 正和	監事・代議員・船津上ゲ町内会長	船津上ゲ	内部 博志
理事(ブロック長)・和久輪町内会長	和久輪	岩田 隆	事務局長(センター長)	菅原	山根 均
理事(ブロック長)・上島上ゲ町内会長	上島上ゲ	畑 範夫	事務局員(チーフマネージャー)	丸ケ谷	嘉本 調
理事(ブロック長)・原町内会長	原	妹尾 豊			

上津土手お地藏さま 救出！



排水路に落ちているお地藏さま



お地藏さまの土台、発見！

3月末のこと、コミセンへ「お地藏さまが落ちています」と連絡があり、職員一同ビックリ!!「どこに?」「何で落ちてるの?」と驚きながら現場付近へ行き、探すこと約30分。「あったー!」なんとそこには排水路に横たわるお地藏さまがいました。見つけたものの、とても人の手では持ち上げることもできない状態。石には文化5年と刻まれています。一刻も早く元の場所へ戻してあげないと、きっとお地藏さまは寒くて凍えているに違いない…。そこで、元いた場所を地区の有識者の方々の話から特定し、土台を見つけました。聞くとところによると、昔は札うちでお参りされていたり、登下校時に手を合わせていた子ども達もいたそうです。現在はポケモンGOのポケストップにもなっていました。

その後は地元企業である金山工業株式会社にお願
お地藏さまの土台、発見！ いし、元あった場所へ無事戻され一件落着。第一発見者の上下水道局職員も私たち住民もホッと一安心。

無償でご助力いただきました金山工業株式会社の皆様、ありがとうございました。



無事に元の位置におさまったお地藏さま。合掌

上津花と緑の会よりお知らせ

「さつき・盆栽展」は、出品者の減少により今年度は中止します。皆さまご理解とご協力をお願いします。

一緒にあみものをしませんか？

あみものサークルは、講師1名サークル会員6名が毎月2回うらおいの郷で活動しています。一緒に編み物をする仲間を募集しています。問い合わせは上津コミセンまで。入会随時募集中です。

