

# あいみ富有の里

令和 3年12月 2日発行  
発行元  
あいみ富有の里地域振興協議会  
広報誌編集委員会  
問い合わせ先 64-3504  
fuyuu350464@yahoo.co.jp  
ganochiikikyoten@sea.chukai.ne.jp



～広報誌 第159号～

## 収穫体験(イモ掘り)

11月8日(月)、ひまわり保育園園児10名があいみ富有の里地域振興協議会の畑でイモ掘りを体験しました。秋晴れの下、両手に大きなおイモを持ち得意満面の笑顔でした。

その後、会見デイサービスセンター いこい荘の皆さんに蒸かしイモをお届けし、お年寄りの皆さんから大変喜ばれ和やかな交流の場となりました。

この活動は、南部町社会福祉協議会・ひまわり保育園の協力のもと行われました。



## イルミネーション & クリスマスツリー装飾

11月28日(日)、恒例のイルミネーションの取付作業と、低学年の子供達によるクリスマスツリーの飾り付けや、クリスマスボード作りを行いました。

子供達は工作の後ケーキのデコレーションを行い、みんなで美味しく頂きました。

最後に全員集合し点灯式を行い終了しました。(地域づくり部)





# 天宮さん登山

11月21日(日)、地元歴史探訪・御内谷「天宮さん」登山を18名の参加を得て行った。

当日は好天に恵まれ、最後の急坂はロープ伝いに登り切り、顔を挙げた先にはモニュメント様の巨石群が現れた。

教育委員会の大塚 幸さんの解説で、明治から研究調査が行われメンヒル説や古事記のイザナギ・イザナミ伝説等、心躍るものだった。青空の先の大山を望みながら足取りも軽く下山に向かった。

(生涯学習部)



## レシピ紹介

## レンジで簡単 旨辛よだれ白菜

### 材料 (2人前)

- 白菜 (300g) 1/4個
  - 料理酒 大さじ2
  - 塩 小さじ1/4
- <タレ>
- 長ねぎ 1/2本
  - 豆板醤 大さじ1
  - ごま油 大さじ1
  - 酢 大さじ1
  - しょうゆ 小さじ2
  - すりおろし生姜 小さじ2
  - 白いりごま 小さじ2
  - すりおろしニンニク 小さじ1
  - 砂糖 小さじ1
  - 小ねぎ (小口切り) 適量

### 作り方

ごろっと大ぶりの白菜に、ピリ辛なよだれ鶏風のタレをかけていただきます。電子レンジで蒸し上げた柔らかくもシャキシャキとした残った白菜に、豆板醤の効いたタレがとてもよく合います。ごはんおかずやお酒のおつまみにもおすすめです。

- 準備.長ねぎは青い部分と根元を切り落としておきます。
- 長ねぎはみじん切りにします。
- 耐熱容器に白菜を入れ、料理酒、塩をまぶしてラップをし、火が通るまで600Wの電子レンジで4分加熱します。
- ボウルに2、残りのタレの材料を入れよく混ぜ合わせます。
- 器に3を盛りつけ、4をかけ、小ねぎを散らしたら出来上がりです。



## 富 有 の 風

今年も残るところひと月程となり、昨年に続いて今年も新型コロナウイルスの影響で主だった行事等は中止となりました。

一方、100年ほど前に発生し日本でも38万人 死亡したといわれるスペインかぜはワクチンもなかったにもかかわらずおおよそ2年で終息しました、これは多くの人が感染したため免疫ができたためと言われていています。来年は3年目になりますが、コロナが終息して景気も良くなりマスクもしなくてもよい世の中に早くなって欲しいものです。(U)

## 行 事 案 内

### ★まちの保健室

日時:12月23日(木)  
場所:えんがーの富有

### ★感謝祭

日時:12月26日(日) 午後2時~4時  
場所:えぶろん(南部町市山)



※ 「えごま油」 2021年産搾油しました!