

# ひばり広報



発行日 令和5年9月1日 第3号  
編集発行 ひばり生涯学習センター  
所在地 原町区本陣前3-60-2  
電話 0244-25-3577  
FAX 0244-25-3590

## ◇ひばりバラエティ講座生募集！◇

### ～見て食べて楽しいアイシングクッキー作り～

第2回ひばりバラエティ講座では、クリーム状のアイシングに色をつけたり、絞り袋に入れてクッキーの上に絵や文字を描く、見て楽しいクッキー、そして食べても楽しいクッキー作りを行います。今回は、立体的なかぼちゃのバスケットを形どったクッキーにアイシングクリームを塗り込んだものを作ります。しばらくは飾って見て楽しみ、その後惜しみながら美味しくいただくこともよいかと思えます。作ってみたい方、是非ご応募ください。



アイシングクッキー

**内 容** 色をつけたアイシングで、絵や文字を描いたクッキー作りを行う。  
**日 時** 令和5年10月4日(水) 10時～12時  
**場 所** ひばり生涯学習センター 創作室  
**講 師** 大和田 純子 先生  
**定 員** 12名(先着順)  
**参加費** 1500円  
**募集期間** 令和5年9月11日(月)～25日(月)  
**申込先** ひばり生涯学習センター 0244-25-3577

## 除草奉仕作業できれいになりました

7月8日(土)6時から7時まで、当センター利用者会の除草奉仕作業が行われました。直前まで小雨が降ったりした天気でしたが、何とか実施できました。16サークル+1教室の35名が参加し、割り振られた場所を各自が責任を持ってきれいに除草し、野馬追前にたいへんきれいにすることができました。ご協力いただいた皆さん方ありがとうございました。



熱心に取り組んでいただきました

# ひばりすこやか学級

## ～歯の健康管理について～



5月25日(木)ひばりすこやか学級が開かれ、市の健康づくり課から、和田さんと早川さんのお二人にお出でいただき歯の健康管理についてのお話を伺いました。

歯の正しい磨き方について、模型を使ったりしながら丁寧に説明いただきました。また、お話の中では、歯のない人の認知症の発症率は歯のある人の1.9倍もあること、歯みがきの後のうがいは、少しの水で1回だけでいいこと、歯の検診は半年に1回は必要であることなどのお話がありました。歯の健康の大切さについての理解が深まりま

模型を使いながら磨き方について した。

## 人生100年時代の学び直し講座(第2回)

### ～小高園芸団地を訪問しました～

7月19日(水)、小高区飯崎にあります小高園芸団地を訪問し、市内の営農再開と農業振興の拠点となる施設であるという認識を深めました。キュウリ、スナップエンドウを栽培し、水稻の育苗も行う施設です。今回は、キュウリの栽培や選果について見学させていただきました。JAの職員の方の案内により、最新の選果システムも見せていただき、自動で4種類に分けられるとのことでした。今後も、野菜等生産の拠点としての発展が期待されます。



38棟ものパイプハウスがあり規模は日本一

## 季節の料理教室

### ～夏野菜のトマト味噌麺、シソ巻き、

### フルーツゼリーを作りました～



夏バテしない食事です

8月9日(水)に、第2回季節の料理教室が開かれました。渡邊純子先生の指導のもと、夏の料理を3品作りました。夏野菜のトマト味噌麺は、中華麺にトマト味噌をかけ、湯がいた豚バラ肉や大葉、パプリカ等をのせ、さっぱりしたお味で、夏にピッタリの料理です。ピリ辛で食欲をそそるシソ巻きとみかん、パイン、キウイの入ったフルーツゼリーもおいしくいただきました。