

「ふるさとづくり賞」決定しました

敷戸校区ふるさとづくり運動推進協議会主催の「ふるさとづくり賞」が決定しました。長年にわたり校区のふるさとづくりにご尽力いただいている皆さんです。

高山 繁子 様	(ボランテニア活動)
首藤 福江 様	(ボランテニア活動)
知久 秀子 様	(健やかなまちづくり)
白石 千代子 様	(安心安全なまちづくり)
衛藤 ヤス子 様	(健やかなまちづくり)
藤島 カヨ子 様	(ボランテニア活動)

*今年度の表彰の日程は未定です

今月のレシピ かぼすポン酢

材料 かぼす果汁 1ℓ (ザルに絞ってタネを除く)

醸造酢 1ℓ

醤油 (濃口) 2ℓ

みりん 300ml

だし昆布 30cm 2本

かつお節 50g (晒の袋に入れる)

作り方 材料を全部合わせて1か月程ねかせて絞る。(黄色に色づいたかぼすを使うと酢が柔らかくなります)

レシピで1句

かぼすぎゅつと 今日のひと日を締めくくる

清水佑実子

富士山階段から落っこちたあ～！

「山頂まであと少しだ！頑張るぞ！」こんな夢をよく見た。私は、山々に囲まれた田舎で生まれ育った為ずっと広大な海に関心はあったが、自分の近くの山々にはほとんど魅力を感じずに生きてきた。

ところが、退職の頃、「日本百名山」とか「山ガール」とか、山に関する話題がマスコミに取り上げられるようになった。それに釣られて、それまで遠くへの旅があまりできていなかったのが日本人なら一度は登ってみたい「富士山」に行きたいと思うようになった。

そこで、そのための体力作りと山登り体験が必要と思い、毎週のトレーニングジム通いと久住山等の県内の高い山登りが始まった。体力には、まだまだ自信があったので音を上げることなく頑張り続けていた。

ところが、富士登山まであと4日になり、ジムで最後のきついランニングに挑戦していると、急に体に異変を感じた。慌てて帰って病院に行ったところ、「急性心筋梗塞」と診断され、即、カテーテル手術をし、そのまま2週間の入院となった。その時は、行けなくて相当がっかりしたが、もし、ジムで発症してなければ、富士登山途中で起きていたかもしれない。不幸中の幸いとは、このことか？行けなくなった妻には、頭が上がらない。はかない夢であった。

(無理をするとこうなる！の典型例！反省)

お知らせ①

別館図書室の本の整理を地域の方がしてくださり、本を探しやすくなりました。お散歩がてらお立ち寄りください。

お知らせ②

公民館の各教室は、新型コロナ感染拡大防止に配慮しつつ活動継続しています。地域の社会教育の場をお気軽にご利用ください。