街角とあなたをネットする暮らしと文化の情報紙

まちかど

●荏原第一地域新聞●

第１４６号

平成２７年（２０１５）５月発行

発行・事務局
◎ 荏原第一地域センター ◎
小山 3-22-3（〒142-0062）
tel ３７８６－２０００
fax ３７８６－５３８５

元気がいちばん！ 健康づくりの行事あれこれ

男の料理教室で腕を磨く

去る２月24日（火）荏原第一地区健康づくり推進委員会による「男の料理教室」が荏原保健センターの調理室において開催されました。

参加者は、各町会から町会長、副会長、役員の中から１名ずつ。この他、栄養士２名、荏原保健センターより２名、健康推進委員14名、合わせて32名です。

４グループに分かれ、簡単キーマカレー、大豆入りミネストローネ、白菜のサラダ、りんごのデザートの４品を作りました。

熱心に調理に取り組む

普段、どれくらい調理に携わっているかは一目瞭然。それぞれに奮闘、時間内にできあがり、試食してみて舌鼓を打ちました。

感想は、「セロリは苦手だったが、すりおろしたので気にならなかった」「料理教室の回数をもっと増やせないものか」「家でも少しは手伝わなければ」「とても楽しかった」等々。

最後に栄養士より、食事のバランスの大切さ、減塩のための調理の工夫等のアドバイスをいただき、終了しました。

今後、「男の料理教室」は、パート４も企画いたしますので、皆様のご参加をお待ちしております。

ウォーキングで足を鍛える

昨秋は、雨天のため中止になった「ウォーキング」が３月11日（水）に実施されました。

当日は、東日本大震災丸４年目の日に当たり、被災地に思いを馳せ、健康に感謝しつつ、ひとときを過ごしました。参加者は63名でした。

武蔵小山駅前ロータリーを10時に出発。かむろ坂を通り、目黒川（雅叙園沿い）方向へ。左手に目黒川を見ながら、五百羅漢寺に到着。羅漢堂を自由に見学してから、２班に分かれ、１班ずつ本堂へ移動しました。

本堂では、無垢品宗生執事より、五百羅漢寺の歴史や「本所のらかんさん」から「目黒のらかんさん」と して甦るまでの変遷等を分かりやすく解説していただき、大変好評でした。

多くの方々に一度は足を運んでいただきたい所です。こちらを出て、目黒不動尊にも三々五々お詣りをして、林試の森へ。バーベキューの広場で昼食。おにぎりの味は格別でした。

見学、休憩を含め、約４kmの道のりを１時間半で歩きました。参加者の皆様お疲れ様でした。

［荏原第一地区健康づくり推進委員会
代表　大高一浩］

花めぐり

ジャスミン

「ジャスミン」という言葉から連想されるのは…甘い香りの花、ジャスミンティー、それともディズニーアニメ「アラジン」のジャスミン王女でしょうか。

ジャスミンという名はモクセイ科ソケイ属の総称で300種類以上もあるといわれています。ペルシャやヨーロッパでは古くから香料として利用されていました。

4月中頃、甘い香りの小さな白い花の群を見かけます。園芸種のハゴロモジャスミンの花です。つるの先に五弁の花をたくさんつけ、香りは時に強すぎると感じるほどです。花言葉は温和、愛らしさ、無邪気等、他に官能的といわれるのは甘い香りのせいでしょうか。

ジャスミンティー、こちらはジャスミンと同じ仲間のマツリカの花（半八重の白花）の香りを緑茶につけたもので茉莉花茶ともいわれます。花が混ざっていることも多いようです。マツリカはフィリピンの国花にもなっています。

（広報委員　河原マサ江）

街角ウォッチング

小山台1丁目町会 町会員の集い

小山台１丁目町会の「町会員の集い」が３月２２日（日）、小山台１丁目防災広場で開催されました。

この行事は、平成２２年４月、小山台１丁目防災広場完成を機会に、河野町会長の発案により開催されたものです。平素から近隣住民がお互いに顔と名前を知り、仲間意識を醸成しています。日常生活はもとより、非常時には共同活動が少しでもスムーズに出来ることを願って始めた地域活動の一つです。

平成２３年２月に第１回目を開催し、今年で第５回目を迎えました。

小学生以下の子供達には磯部餅とフランクフルトの無料交換券を配布し、喜ばれています。

河野会長と元気な町会の皆さん

参加者も今年は約３５０名に達し、年を追う毎に増え、町会の行事として定着してきました。

このような行事が、災害時には、共助の一環になることを願っています。これからも、より多くの方々に参加していただき、優しく住みよい町を目指します。

（金子正敏）

●恒例の春のイベント●

荏原南公園の桜まつり

第43回「桜まつり」が４月５日(日)、荏原南公園で開催されました。荏原第一管内から小山５丁目町会、荏原第二管内から５つの町会、荏原会が主催している毎年恒例のイベントです。

午前10時に開会式が行われ、濱野区長、荏原６丁目町会の林会長が挨拶。お好み焼き、いか焼き、豚汁、ヨーヨー釣り、パターゴルフなど美味しく楽しい模擬店が並びました。

花冷えの雨にも関わらず、多くの参加者で会場はにぎわっていました。

ムサコたけのこ祭り

「ムサコたけのこ祭り」が４月19日（日）に武蔵小山駅前広場ロータリーで開催されました。このイベントは「武蔵小山商店街連合会」が主催、タケノコをテーマにした、まちおこしイベントです。今年で４回目を迎えます。

駅前広場では「ムサコマルシェ」も行われ、ご当地キャラクター「たけ丸くん」「パルくん・パムちゃん」も登場し、子どもから大人まで楽しんでいました。

イベントの一番人気は、武蔵小山出身の笠原将弘シェフ（「賛否両論」店主）が作った「たけのこ汁」。千葉県大多喜町産のタケノコを使い、先着３０００名に振る舞われました。

◎各ご家庭に配布しております。１部ずつお取り下さい。

次号『まちかど』は、６月１９日(金)発行の予定です。

「まちかど」は、品川区役所ホームページからもご覧いただけます。　http://www.city.shinagawa/tokyo.jp/

古紙を配合した紙を使用しています