

# 遊学館

## ～桂林公民館だより～

回覧

一発行一

桂林公民館

日田市上城内2-11

TEL・Fax24-3131

HPアドレス:

<http://www.hita-k.org/keirin>

### チャレンジスクール『バレンタインチョコ作り』

2月4日（土）にチャレンジスクールでバレンタインチョコ作りを開催しました。レシピは①カップでチョコレート②松ぼっくりチョコ③チョコレートブラウニー④チョコマフィンの4つです。

カップでチョコは早くできあがったので、松ぼっくりチョコの手伝いをしてもらいました。松ぼっくりチョコはチョコフレークを刺すのが上手にできず5年生は苦戦していましたね。

ブラウニーとマフィンは自分たちでレシピを見ながらまた、作業をみんなで手分けして職員があまり手伝うこともなく、手際よく作っていました。コミュニケーションを上手に取りながら片付けもこなし、さすがの6年生でした♪

## 男の料理教室『ちらし寿司と茶わん蒸し』

2月8日（水）にちらし寿司と茶わん蒸しを作りました。ちらし寿司用の野菜を切り油揚げなどと一緒に鍋で煮汁がほとんどなくなるまで炒めます。錦糸卵はフライパンに卵を薄く流し、1分経ったら火を止めて蓋をして蒸らし、細かく刻んだらできあがりです。炊きあがったお米に炒めた具材とすし酢を混せて、最後にお刺身ものせ豪華なちらし寿司ができました。

次に茶わん蒸しです。エビは竹串を使って背ワタを取り、鳥肉と一緒に軽く下味のついた汁で煮ます。お椀に具材を入れ、だし汁を入れて、蒸し器で蒸します。初めの3分は強火で火をかけて、その後は弱火で15分蒸してできあがりです。今回もとても豪華な料理ができあがりました。

今年度はこれが最後の教室でした。来年度もみんなの料理の腕があがるように、またレパートリーが増えるような料理に挑戦していきましょう♪



## 女性セミナー『手話を学ぼう』

2月14日（火）に講師に大分県聴覚障害者協会の椋野由美先生を迎えて、手話を学習しました。聴覚障害者のコミュニケーションの方法は、手話や身振り、また口の動きで話を理解する口話、紙に書く筆談や空中や掌に伝えたいことを書く空書などがあるそうです。現在は条例なども制定され、配慮されている部分が多くなり、以前よりは理解が進んできたようです。座学を学んだあとは、実際に手話を学びました。

手話とは、ろうあ者が大切に育ててきた目で見てわかる言葉です。手話では自分が現在を表すので、指を前に出すのは未来で、後ろに行くと過去という風に、時を表しているそうです。四季は、夏は団扇を仰ぐ動作や冬は実を縮こませるような動作で表します。数字は人差し指から始まり、5は親指を立てます。手話はみんなが感じている感情をもとに作っているのが多いのかなという印象を持ちました。

最後にみんなの名字を一人ひとり手話で教えていただきました。質問もたくさん出てとても良い人権学習会となりました。



## 寿考教室『転倒防止体操』

2月15日（水）にわかみやコミュニティケアセンターより理学療法士の道田周明先生を講師にお招きし、転倒防止について学びました。転倒防止には身体機能と認知機能の両方が大事なので、同時に2つの事を行うことが良いですとのことでした。ウォーキングなどの長く一つのことをするだけではなく、やることに意味を持たせ、活動することを意識したり、頻度を意識することが大事ですとのことでした。



## 今後の予定

3月2日	ぶらりと歩こう会平日班		3月15日	寿考教室『アロマ石鹼・スプレーづくり』	3/9はバス視察研修のため、職員不在となります。ご了承ください。
3月4日	チャレンジスクール 『閉講式』		3月24日	すづめの学校	
3月14日	女性セミナー『紙粘土細工』		4月3日	自主学習教室開講式	