

大人の学校 通信 2013年7月号

発行元: 特定非営利活動法人 大人の学校
〒336-0021
さいたま市南区別所 5-1-11 生活クラブ生協内

TEL/FAX 048-866-9466
メール otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp
ホームページ http://otonanogakkou.org/



梅雨明けが待ち遠しいですね! 大人の学校のイベント情報をご覧ください♪



●キムチの素 ヤンニョムを作る 講座

本場韓国では基本の調味料のヤンニョム。このヤンニョムについて学び実際に作って持ち帰ります。季節の野菜とヤンニョムで作ったキムチも試食します。

7/2(火) 10時半～12時半

場 所: 生活クラブ生協本部 (JR 埼京線「中浦和」駅下車徒歩3分)
参加費: 2500円(個人正会員 2300円) ※食材代込み
講 師: 李愛敬さん
(韓国ソウルでは料理の先生、日本で韓国語の先生)
持ち物: エプロンと三角巾

●せっけんマイスターになるための連続講座

全4回。一回だけの参加も可能です。いずれも■会場: 生活クラブ生協本部 (JR 埼京線「中浦和」駅下車徒歩3分) ■参加費 1000円 (大人の学校個人正会員 800円) ■定員 25名

★第1回 7/9(火) 10時半～12時半

ハウスクリーニング術

～せっけんでおうちをピカピカに!～

講 師: お掃除ワーカーズきららメンバー

★第2回 7/12(金) 10時半～12時半

せっけん生活のススメ～合成洗剤を使わない暮らしを提案するために!～

講 師: 能勢富美子さん(きれいな水といのちを守る東日本連絡会代表)

★第3回 7/23(火) 10時半～12時半

せっけんでシンプルライフのすすめ

講 師: ミジンコらぶ(合成洗剤をやめていのちと自然を守る埼玉連絡会)

※冊子代が別途 250円かかります。

★第4回 7/25(木) 10時半～12時半

わたしからのひとこと～せっけんを広げるために

ファシリテーター: 吉田文枝(大人の学校代表理事)



●小幡有樹子さんのせっけん作りワークショップ

今回はワンランク上のせっけん作りを楽しみたい方に向けて、クレイのハートせっけんとクレイパックに挑戦します。

7/26(金) 10時半～12時半

場 所: 生活クラブ生協本部
(JR 埼京線「中浦和」駅下車徒歩3分)

参加費: 3500円(個人正会員 3200円)

講 師: 小幡有樹子さん

(カリスマソーパー、著書多数)

持ち物: エプロン、500MLの紙パック

※材料代込み



●マンション リフォームアフター見学会

実際にリフォームしたマンションを見学します。

7/27(土) 10時半～12時半

東武東上線「鶴瀬」駅改札口でたところ 10時 15分集合
参加費: 1000円

講 師: 加藤政実さん(有限会社加藤木材社長)

8月の講座予定

●3.11 被災地応援 高橋徳治商店新工場(東松島市)で社長のお話を聞いて、仮設住宅の集会所でお茶っこを飲むツアー ■8月23日(金) JR 仙台駅に午前9時集合予定 ■参加費 7,500円

●女性のための口腔ケア講座～お口とカラダから考える健康管理～ ■8月28日(水) 13時半～15時半 ■参加費 1000円 ■講師は三木昭代さん(歯科医師) ■武蔵浦和コミュニティセンター第8集会室 (JR「武蔵浦和」駅下車徒歩すぐ サウスピア内)

さいたま寺子屋サロン

★毎月第3土曜日 14時～16時

★場 所: 生活クラブ生協本部 1階談話室

★参加費: 500円(資料やコーヒー代)

(過去のサロンの様子はホームページをご覧ください)

第39回 7月20日(土)

「電気代と電力問題について考えてみた」

石上博さん(越谷市在住、ソーラーシェアリングの会メンバー)

※8月はお休みです



生活クラブ本部会場の地図



4階建の茶色の建物です。

講座の報告

■5/31(金) 開催 **大人の平日クラブ「さいたまの里(見沼たんぼ)歩き」ツアー**

当日は五月晴れのさわやかな風が吹き抜ける、絶好の散策日和となりました。

さいたま新都心駅を出発し、新しい街並みを抜け、首都高埼玉新都心線の高架を横に見ながら、緑多い草はらに出ました。参加の11名は足取りも軽く見沼たんぼへと進みました。

芝川沿いに咲く野の花に声をあげたり、写真を撮ったり、鳥のさえずりも聞こえる風と光のなか、のどかな散策が続きました。落ち着いた木の作りのお店でお昼をいただいたあと、午後は熊野神社～旧坂東家住宅などを見学しました。

歴史を感じさせる見沼たんぼが、いつまでもこのまま残ってほしいと思いつつ後にしました。(ぺこちゃん)



■6/6(木)開催 **「塩こうじ&塩こうじのシンプルレシピをつくる」講座**



雨にもかかわらず、申しこまれた方全員の出席がありました。前半は味輝パンの社長の荒木さんによる麴の歴史や麴のもつ酵素、お酒の麴とお味噌の麴の使い分け、などをじっくり伺いました。

その後みんなで実際に塩麴を仕込みました。食のマイスター☆くらびすとの細貝さんより、塩こうじを使ったシンプルなレシピの紹介があり、実際にみんなで何品かを試食しました。

(ぺこちゃん)



アンケートから♪

- ・いままでスプーンで仕込んでいたので、手でもむやり方が参考になった(Nさん)
- ・日本人でよかった!と改めて思った(Fさん)
- ・実際に塩こうじをつくることで、目で確かめ、手で確かめることができた(北條さん)

■6/20(木)開催 **「ケーキサレとマリネのワンプレート料理を作る」講座**



『ケーキ・サレ』とはフランス語で、塩ケーキという意味です。

甘くないお惣菜ケーキということで、名前は聞いたことがあるがいったいどういうものだろう、と興味津々で参加された方もいらっしゃいました。

まずは、講師の簡単なレシピの説明とデモ調理が始まりました。参加者のみなさんは熱心にメモをとりながら、いろいろな質問が飛び交います。卵ベースのケーキサレを仕込んでオープン



に入れ、焼きあがるまでの45分で『キャベツのマリネ』と『トマトのスイート』2種のマリネをこしらえます。どちらも材料はシンプルで、簡単に風味も色合いも違うマリネが出来上がりました。

焼きあがったケーキサレとマリネをお皿に盛りつけると、おしゃれなワンプレート料理のできあがり! ケーキサレの材料は野菜などの応用もきき、バリエーションが楽しめそうです。

自己紹介をしながらの試食タイムは、たいへんなごやかな雰囲気になりました。(いーはとーび)



被災地を忘れない! 1冊の本がつなぐ応援の輪

大人の学校は、被災地を応援しています。岩手県陸前高田市立図書館再建のための寄付(本を届けて本の購入費用とする活動)を継続して行っています。被災地を忘れず、つながり続けるための取り組みとして今後も継続します。



賛同いただける方は、生活クラブ本部1階談話室内の大人の学校事務所まで本をお持ち下さい♪※取扱いできないもの…ISBNのない本、百科事典、個人出版本、マンガ、一般雑誌

◆大人の学校スタッフのつづやき◆

5月から7月にかけて大人の学校は、講座に加えて生活クラブの研修の受託事業もあり、スタッフ一同フル回転の毎日をご過ごしています。

そんなときの私のホッとさせる息抜きは、電車のなかでの読書タイム。今読んでいる川本三郎さんの『我もまた渚を枕 東京近郊ひとり旅』で、我孫子や小田原や岩槻、銚子と自由に歩き回っています。旅の合間の気のおけない居酒屋でのビール、これがまたいい。(いーはとーび)