

平成26年度 文化体育部会の活動

「音楽に合わせて筋力アップ・男のレシピで頭の体操」

文化体育部会長 青井 あけみ

1年間、文化体育部会の活動に参加協力して頂きありがとうございました。今年度は、健康体操の他に「男のレシピ」を開催しました。碧南の小伴天総料理長・長田勇久氏を講師に招き、団塊世代を中心に18名の方が参加し

「手軽な食材で簡単本格料理」をめざし、奥様方をすこしでも楽にさせようと、なれない手付で頑張っています。

パワーアップ翼教室



毎月2回、第2、4木曜日に実施しています。毎回約20名の方が参加され、音楽に合わせてストレッチや筋力アップ体操を行い、汗を流しています。

男のレシピ教室



まずは、講師の実演しながらの料理の仕方の説明を受けて、料理に挑戦しました。

第1回 サンマ3品「サンマの刺身」「サンマの照焼」「サンマのあっさり煮」

第2回 「鶏とキノコの焼き土鍋ご飯」「きゅうりの漬物」「味噌汁」

第3回 「鶏の照焼き」「ポテトサラダ」「さつまいもの茶巾」

第4回 「天ぷらとかき揚げ」「口直し冷奴」「白菜と油揚げ」

第5回 「中華風ロールキャベツ」「親わかめと菜の花辛し和え」「えのきの酢煮」

第6回 「鯛めし」「鯛の刺身」

講師談：皆さん段取りも良く、短時間で調理され、出来栄も上々で素人とは思えません。

翼小 用水路清掃活動(翼盛りあげ隊が協力)

「水質浄化をめざし4年生児童と翼まち協が協力」

環境教室で用水路の清掃がまりました。用水路が深いため児童だけで危険なため、翼まちづくり協議会に協力要請があり快く引き受け、去る3月3日(火)午後2時から2時間、4年生児童 約100名・PTA保護者、翼まち協が協力し用水路の空缶、ビニール袋、汚泥などを取り除き、生き物が住めるよう水質浄化を行いました。!!1年後が楽しみです!!



翼まちづくり協議会 7年目の組織登録団体

神明町・豊田町町内会
親宝会
湯山町町内会
湯山町町内会長OB会
高浜中学校
翼小学校

翼小学校PTA
飛翔の会
翼地区子ども会
よしいけ保育園
よし池保育園保護者の会
子育て応援団

翼幼保園
翼幼保園保護者の会
民生委員
翼公民館
高浜ケアハウス
養護老人ホーム高浜安立

翼豊神会
葭池デイサービス
湯山クラブ
健康体操グループ
翼もりあげ隊

翼ふれあいプラザご利用案内

会議・イベント等に気軽にご利用ください。 ●午前9時～午後10時(毎日)

お問い合わせ

TEL・FAX(0566)55-1822