

生活創造しんぶん Wa'Wa'Wa'

編集・発行
姫路生活科学センター内 生活創造応援隊



い こ い

石見 智子 作

県立こどもの館の庭です。ユニークな、子どもが応募した絵を元にしたモニュメントがあります。そして木立。その木も建築設計された安藤忠雄さんの意向で植えられ育っています。いまでも時々、木の育ち具合を見に安藤さんはご夫婦で来られるそうです。そうしたことも来館の子どもたちは知らず知らずに感じているはずです。わたしたちも、知らず知らずに感性をみがき、知らず知らずにいまの「わたし」という人格を形成してきています。その知らず知らずを石見さんの絵の子どもの表情を見て思いました。

岩田 健三郎

も く じ

- | | |
|---------------------|----|
| ◇ 所長新任あいさつ /《お知らせ》 | |
| わくわくサタデーコンサートほか | P2 |
| ◆ 応援隊新メンバーひとことメッセージ | P3 |
| ◇ ～昔遊びフェスティバル～ | P4 |
| ◆ 「人生の旬は自分でつくる」 | |
| 一熟年社会いかに生きるべきかー | P5 |
| ◇ 山桃忌奉賛写生大会のお知らせ / | |
| 「地域づくり活動応援事業」 | P6 |
| ◆ 旬の食菜レシピ | P7 |
| ◇ センターからのお知らせ | P8 |

赴任してきました！よろしくお願いします

姫路生活科学センターに、この4月から参りました藤田です。
平成のはじめに勤務させていただき、2度目の当センター勤務です。
消費者団体はじめ、多彩な活動に取り組むグループで、センターが
さらに活気づいていて、大変うれしく思っております。



さて、今年の消費者月間(5月)のテーマは、「活かそう 消費者・生活者の
視点」です。くらしに大きな不安をもたらす事故、事件が次々と発生しました。
偽装表示、暖房器具による一酸化炭素中毒、架空請求等々……。

当センターは、県の生活科学センターの中で唯一、消費者行政と生活創造行政の二つを担うセ
ンターです。安全・安心な生活基盤の確保のため、消費生活情報、学びの機会を提供し、また、
消費者の声を反映して、消費者団体、生活創造グループの活動支援等を行っていきたくと思っ
ております。消費者情報の収集、生活創造活動、ネットワークづくりに、お気軽にご利用ください。

(姫路生活科学センター所長 藤田 しげの)

〈お知らせ〉

「6月の消費者セミナー」参加者募集！

「医療サービスの課題と上手な利用術―後期高齢者医療制度を例に―」

日時 平成20年6月17日(火) 13:30~15:30

場所 姫路生活科学センター



わくわくサタデーコンサート

日時 6月28日(土) 14時開演

場所 姫路市立書写養護学校 体育館

参加費 無料(カンパをお願いしますm(_)_m)

「世界の愛の歌をあなたに」

内容 一人芝居と歌

出演 佐賀 龍彦

(俳優 無名塾 26期生)

ピアノ/伴奏 長谷川香織

主催 わくわくサタデーコンサート実行委員会/入
院患者と障がい者に笑顔とコンサートを贈
る市民の会 (千石)

“姫路の医療と介護を考える部屋”
地域 SNS ひよこむ()の中で新

しいコミュニティを5月20日より始めます。

言いたいこと、知りたいこと等を何でもお寄せ
下さい。自由な議論が出来る場を設けます。

「ひよこむ」のコミュニティへの書き込みは原則とし
て会員でなければできません。会員になりたい方
はご相談下さい。皆で医療と介護について話し合
いましょう。

連絡先 () (千石)小嶋まで
(応援隊 小嶋 隆義)



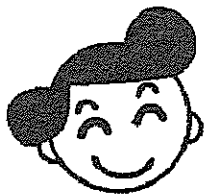
<http://hiyocom.jp/>

「ひよこむ」は、兵庫県を舞台とした信頼と連携の「コミュニティ活動支援型地域 SNS」サイトです。加
入については必ず、メンバーの紹介が必要です。

新しい仲間が増えました！

「はじめまして！新しい出会いが楽しみです」

市川町消費者の会の後藤満里子です。私の家族は89歳の母から5歳の孫まで10人で暮らしています。おまけに犬1匹・猫1匹・烏骨鶏19羽、その他色々な生き物も飼っています。



人間大好き、生き物大好き、毎日が新しい発見の連続で遊んでいます。

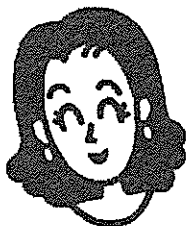
生活創造しんぶんを通じて多くのことを知り、多くのことを学び、多くの人とつながりができました。このたびは私も情報を発信したいと思い参加しました。充実した人生を送るためには、感動・興味・工夫・健康・行動の「か・き・く・け・こ」が必要と聞きました。それは「Wa」・「Wa」・「Wa」のなかにあると私は思っています。

(市川町：後藤 満里子)

「これからの出会いを楽しみにしています」

はじめまして。新人応援隊の勝又です。

先日、大塩天満宮で開催された昔遊びフェスティバル(4月27日)に5歳の息子と参加しました。会場では様々な遊びが用意されていたのですが、息子はまっしぐらに紙トンボ作りに向かいました。竹で作るのは少し難しそうですが、トイレトペーパーの芯で作る紙トンボは幼児には手ごろでした。他にも折り紙の万華鏡、こまわし、からくり人形等、素朴でしかも集中力と工夫を要する遊びをたくさん経験させてもらいました。



親子共々楽しく、心の触れ合える一日となりました。応援隊として、自分が経験して楽しかったこと納得したことをベースに、情報とお誘いの紙面提供をしたいと思えます。よろしくお願いします。(姫路市：勝又 千明)

「環境教室などを通じた出会いを広げたい」

生活創造応援隊への参加にドキドキしています。この1年、多くの人との出会いを大切に共に活動できることを楽しみにしています。私は福岡町消費生

活研究会の会員として色々な行事にも参加しています。昨年は初めての試みですが、福岡小学校の環境授業の一環として子ども達に廃油からキャンドルや石鹸作り、牛乳パックや広告紙を利用した葉書作り、「めざそう CO2削減」と題して自分達で出来ることを考え、エコ生活にもチャレンジしてもらいました。CO2削減によって地球にやさしい環境への暮らし方の輪が広がることを願い、限りある資源を大切に研究会の取り組みや思いも子ども達に伝わったと思います。(福岡町：尾崎 美津子)



「地域の情報も伝えていきたいです！」

長年、家族の事もそこそこにして、勤めてきた私が、専業主婦にあこがれ、昨年3月で仕事をやめ、家事と愛犬の世話をしながら日々を過ごしていたところ、この4月から消費者の会の活動に関わるようになりました。地域社会の活動にほとんど参加していなかったので、不安を抱えての出発でした。

そんな中、先日「生活創造応援隊」のお話があり参加することになりました。長年仕事を続けることができたのは、地域の皆さんのお陰で、今度は地域の皆さんのためになる事を

しなければ

…と思っていたので、いろんな事を学び、地



これを機に、域で生かします。生活創造応援隊の活動も

指導を受けながら、役立つようになりたいと思っています。よろしくお願いします。(神河町：藤原 洋子)

「よろしくお願いします！」

消費者の会に関わり、いろいろなことを学び生かしていきたいと思っています。生活創造応援隊の活動も皆様のご指導を受けながら、役立つようになりたいと思っています。よろしくお願いします。

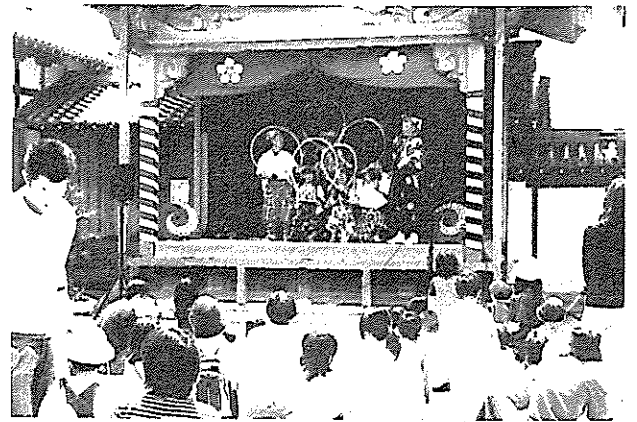


(神河町：中野 秀美)

～昔遊びフェスティバル～

4月27日(日)に中播磨青少年本部の主催で開催された『昔遊びフェスティバル』の参加レポートです。本年度の『昔遊びフェスティバル』は、獅子舞で有名な姫路市大塩天満宮で行われました。

これは中播磨青少年サロンの若者たちが企画・運営の中心的役割を担い、実現したものです。500人委員姫路OB会の有志がカレーやポップコーンなどを作って協力しました。境内会場には「ステージエリア」と「テントブースエリア」、「遊びの広場」が設営され、若き時代の思い出に浸り、昔懐かしい遊びの数々が披露されていました。



★ステージエリアでは

「南京玉すだれ&大道芸」…多くの観客を引きつけ、大盛況！

「クラウンショーキッズクラブ」…クラウンショーは、子ども達の夢なのでしょうか？

「ハーモニカライブ」…会場の子供達との即席コラボ、大成功でした！

★遊びの広場では

テントで作ったものや、なわとびやけん玉、お手玉、輪投げなど、いろんな昔遊びを体験！



★テントブースエリアでは

「こま回し作り」・「スーパー竹とんぼ作り」・「紙トンボ作り」・「コマ回し」・「ぶんぶんコマ作り」・「わりばし鉄砲」・「はりことからくりおもちゃ」・「お餅つき実演」などが行われました。

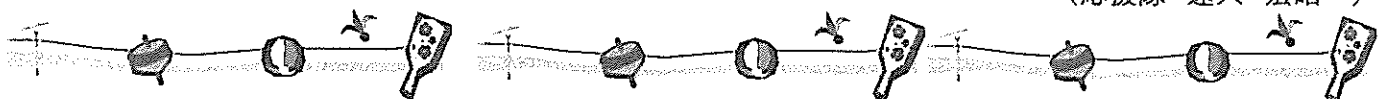
「テントブースエリア」でのたくさんの「おもちゃ作り」、身の回りにあるものを使い、再利用することで忘れかけていた「昔遊び・伝承遊び」、何よりも自身の体を使い遊びを体験し、参加することで、「竹とんぼが空中をとんだ！！」ねばり強く繰り返すことで、こまを「回せるようになった！！」と喜ぶ子ども達の笑顔……こうした「三世代が一緒に遊ぶ」ことが日々の生活の中に溶け込む「家族の団樂」…ぜひ実現したいですね。 そんなことを実感した1日でした。

本年度も引続き応援隊の一員として活動します。5年目です。

よろしくお願いいたします。

(応援隊 小林 美波子)

(応援隊 遠入 宏昭)



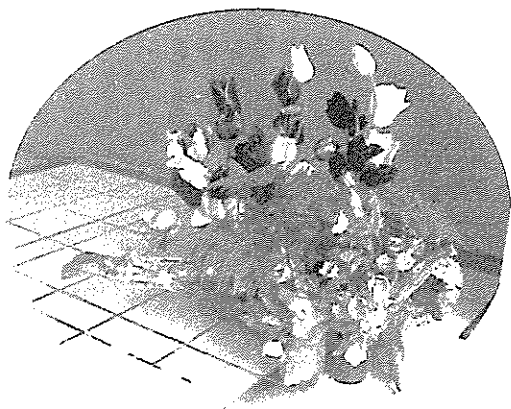
《人生の旬は自分でつくる》～熟年社会いかに生きるべきか～ 福崎町消費生活研究会、新年度の出発に際し学びました！

平成20年4月19日(土)はお天気にも恵まれ快い朝を迎えました。

本日は福崎町消費生活研究会の第40回目の節目の総会の日です。福崎町立生活科学センターとの共催事業の講演会も引き続き行う大切な日！一人でも多くのお方に参加して頂きたいと事務局と共に役員一同準備に励み迎えた日なのです。まず、天候が祝福してくれました。ありがとうございます！

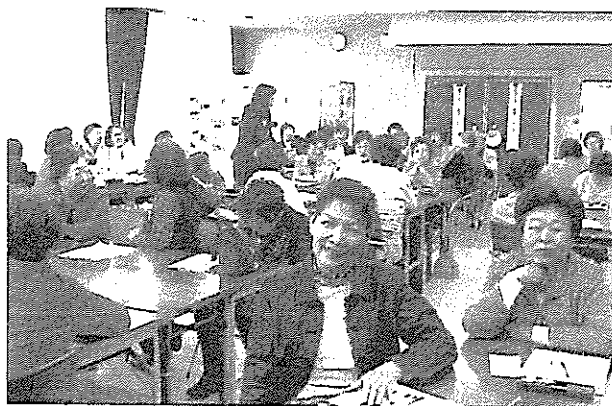
予定の30分も前に会員さんの顔が見えました。「わっ！もうきてくれたった！」と嬉しい悲鳴で。すると今度は「まあっ！きれい！かわいい！」と声が上がりました。机上には総会資料と共に6月の環境見学会の案内書、手作り石けん、かわいいスリッパ型の小物、その上に町長よりの「これは宣伝ですが…」ともちむぎ精麦の小袋が加わりましたので、盛り沢山の品に迎えられたみなさんの声でした。

次々に来られるお方からも同じような言葉が聞かれ、とても良い雰囲気となりました。会員が丹精こめたチューリップが古木に寄り添い、みなさんを迎えてくれています。演題や式次第の見事な墨跡はいつも笑顔で悪徳商法から町民を守って下さっている相談員さんのご協力です。



昨年度の活動報告は、写真を主にしてパネルに貼っての報告でとても分かり易いと好評でした。それぞれが力合わせての会場作りが会員さんに通じたのだと思われます。

総会後の講演には、講師の生涯学習アドバイザー松尾弥生先生をお迎え致しました。参加型の講演方式に期待が深まります。ご指示により6名のグループに分かれました。若々しいお姿で具体例を示しながら説いて下さるお話は素直に心に響きます。



しんどい生き方も楽しい日々を送るのも自分次第！一寸の心掛けで大きく変わる事がわかりました。常識も万人の常識ではないし、多数派が必ず正解ではないのです。スープの様なカレーも決して失敗作ではない。この様に考えると「**自分の生きる方向感覚をもつ事が大切である**」この言葉の意味がわかってきました。

又現在の自分がこれから生きて活動できる時間がどれ程あるかが分かる表を示して下さいました。時間帯が面積で示されるので真に具体的に理解できました。

同じ活動するなら楽しみながら、奉仕させて頂く事に喜びを感じるようになれば幸いな事です。健康に！正常に！と数字を追って躍起にならなくても自然体で健康になれるのではないのでしょうか。生きる観点を見失わないようにと教えられたように感じました。ある友が「行ってよかった。消費生活研究会に入ってよかった。」と喜んでくれました。これこそが活動の大きな励みとなります。ありがとうございます！これからもどうぞよろしく！

(応援隊 小國 冷子)

山桃忌奉賛第23回写生大会のお知らせ！

毎年8月に柳田國男ご兄弟の遺徳をしのいで行われる山桃忌にちなんで、写生大会を行っています。今年も下記要領で行います。

夏休みの一日を緑の木陰でのびのびと写生の一時を楽しみませんか。

大庄屋三木家や歴史民族史料館、もちむぎのやかた等文化の薫り高いところです。



(昨年度の写生大会の様子)

日 時 平成20年7月26(土)～27日(日)
(9:00～16:00)

場 所 柳田國男記念館周辺

対 象 幼稚園児 小学生 中学生

持参物 写生用具一式

(画板、画用紙は協会で準備しています。)

主 催 福崎町文化協会

後 援 福崎町教育委員会・柳田國男顕彰会

展 示 歴史民俗資料館2F(全作品)

7月29日(火)～8月19日(火)

*お問い合わせは福崎町文化センター()

*福崎町の歴史や文化の伝承を大切にしながら新しい文化の創造に努め町の発展に
尽くす事を目的にしています。ご入会をお待ち致しております。

福崎町文化協会 (年会費 1,000 円で会員募集しています)

平成20年度「地域づくり活動応援事業」の申請団体募集中！

さまざまな地域団体が、地域の課題解決に向けて取り組むことや、団体自らの活性化を図ることを目的に、平成15年度から「地域づくり活動応援事業」を実施してきました。

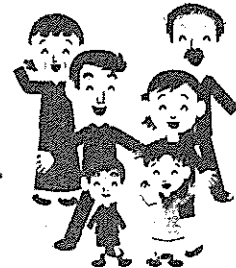
平成20年度も自治会、婦人会、老人クラブ、子ども会などの地域団体が実施する、地域団体の活性化(団体のパワーアップ)につながる取り組みや地域団体の共同利益の実現(地域の課題解決)につながる取り組みなどに対する助成を行います。

助 成 金 額

1件あたり、10万円以上50万円以内

募 集 期 間

平成20年 5月30日(金)まで(当日消印有効)



お問い合わせ
資料請求先

こころ豊かな美しい中播磨推進会議 事務局

(兵庫県中播磨県民局県民生活部県民運動課内)

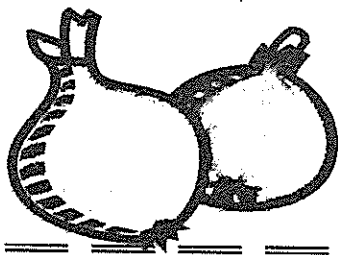
〒670-0947 姫路市北条 1丁目98番地 姫路総合庁舎

季節の食材を楽しみましょう

“夏バテ防止”我が家の味！ 玉葱ドレッシング

《材料》

玉 葱	中 2個
お 酢	150cc
み り ん	100cc
酒	100cc
濃口醤油	100cc
サラダ油	100cc
砂 糖	大さじ2
塩	小さじ1



《作り方》

- ・玉葱はたて半分に切り、薄く千切りにして、15分くらい置いておく。
- ・調味料を一緒にすべてを混ぜる。半日くらいねかせるとできあがり。

作り方はすご〜く簡単です。

さっそく作ってみてはいかが！

我が家では夏野菜やお豆腐にかけて食べて

います。フライにも良く合います。

又、おろし大根にかけても美味しくいただけます。楽しみ方はいろいろですね！

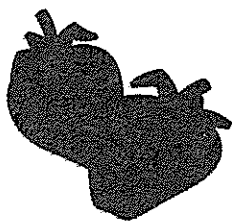
血液サラサラになって……コレステロール値と中性脂肪値が下がるかも……

健康に良いですよ！

(地産地消の食材を活かす会 大野 律子)

簡単イチゴムース

お年寄りから小さな子どもさんまで～よろこぶ顔が見たい！



《作り方》

- ① イチゴは洗ってヘタを取っておく。
- ② ゼラチンを100ccの湯で溶かしておく。
- ③ イチゴ(冷凍イチゴ)・砂糖・溶かしたゼラチンをミキサーにかける。
- ④ 生クリームを追加し、再度軽くミキサーにかける。
- ⑤ 四角い密閉容器に入れ、冷蔵庫で冷やします。固まったらできあがり。
(プリン型に入れて冷やすのも簡単です)
- ⑥ 適当な大きさに切り分けて、器に盛って下さい。

《材料》

生クリーム	300cc
イ チ ゴ	200g
(冷凍イチゴでもOK)	
砂 糖	60～80g
ゼラチン	10g
レモン汁	大さじ1

残った生クリームやミントの葉があればおしゃれにトッピングしてください。

よろしくお願いします。(^_-) ☆

この4月から生活創造活動コーディネーターとなりました小山です。2年前まで姫路センターで勤務していましたので覚えてくださっている方もいらっしゃるかもしれませんね。

退職後の第二の人生をこのセンターでスタートさせることに不思議なご縁を感じます。しんぶんを通してすばらしいWa' Wa' Wa'をいっぱいお伝えしたいと思っています。

前任者同様よろしくお願い致します。<m()m> (生活創造活動コーディネーター 小山 かず子)

センターからお知らせ

《ペットボトルの熱収縮》

Q スーパーで購入した容量500ミリリットルのお茶のペットボトル。通常の容器より細く感じたので飲み終わった後、容量を量ってみたら360ミリリットルしか入りませんでした。ペットボトルが溶解したり大きく変形したりせず、ほぼそのままの形状で収縮することはあるのでしょうか。(30代女性)

A 県立生活科学研究所でテスト依頼をしたところ、「容器全体に収縮が見られ、またラベルも同様に収縮していることから、高温の熱履歴を受けことにより収縮したものと推定される」という回答を得ました。

Q 収縮した製品は、製造工程でチェックされないのでしょうか。

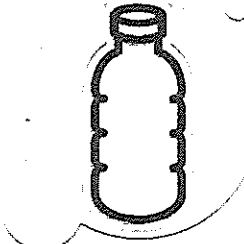
A メーカーによると製造工場のペットボトル形成機でこのようなボトルが形成されたとしても、空堀検査機で除去され、万一通過してしまった場合でも、製品液充填機で除去されるので、このような製品が出荷されることは考えがたいとのことでした。

Q ペットボトルを収縮させる熱履歴とはどのようなものですか。簡単に再現させることが出来るのでしょうか。

A 生活科学研究所のテスト結果では、電子レンジ(700W)で加熱したところ、未開封状態で加熱すると変形し、注ぎ口が破裂しました。

次に、開封し内容量を減らした後加熱すると1分半程度で半分近くまで収縮しました。また、恒温槽(80℃～85℃)で加熱し続けたところ、未開封、開封、空容器とも、一日半で380ミリリットル～410ミリリットルに収縮しました。その他、開封した空容器に熱湯(約80℃)を500ミリリットルを注入し、約10分放置したところ、440ミリリットルに収縮しました。メーカーによって多少異なりますが、電子レンジや湯せんにかかけたり、熱湯を注ぐだけでもペットボトルは収縮することがわかりました。ペットボトルの耐熱温度は内容物によって異なります。お茶などが入っている耐熱性ペットボトルの耐熱温度は80℃～85℃とされており、これを超えると変形・収縮します。メーカーでは容器の耐熱や耐圧テストをしていますが、家庭で不用意に熱を加えたりすると破裂や火傷の危険性があります。ペットボトル飲料を加熱する際には、中身を別の容器に移してから加熱しましょう。また、高温の液体はペットボトルに注入しないようにしましょう。

(姫路生活科学センター)



☆ センターのご相談窓口をご利用いただける時間 ☆

利用時間 消費生活のご相談 9:00～12:00 13:00～16:30
休館日 土曜・日曜・祝祭日・年末年始

中播磨地域でがんばっているグループ がんばっている人・いい話を

生活創造しんぶんの紙面でご紹介します。自薦他薦は問いません。6月10日(火)までに原稿を郵便・FAX・Eメールでお寄せください。

※ 読まれた感想もお送りください。よろしくお願いします。

掲載内容についてのお便り・お問い合わせ
姫路市新在家本町1丁目1番22号
兵庫県 姫路生活科学センター
生活創造活動コーディネーター 小山

生活創造しんぶんWa'Wa'Wa'とは…

しんぶんを通して、人の輪 Wa・平和の和 Wa・円 Wa・話 Wa・環 Wa・縁 Wa… 限りない Wa に会いましょう。

新たな Wa を学び、Wa を結んで、ステキな Wa を伝えていきます。(生活創造応援隊 一同)