

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



かさい五百羅漢 青山 みどり 作

羅漢さんを写すと、絵にしても写真にしても、どうしても考え深げなのになることが多いのですが、青山さんの羅漢さんは、羅漢さんが持っているユーモア、おかしみをとらえていて、これは自慢しい作品です。石像を陰刻にされたのがよかった。素朴さがくつきりと表現されて、表情や殊に手のユーモアが良く表現できたのです。

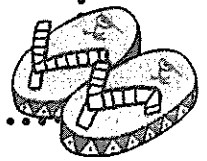
そして花や葉が散っているのもいい。削り残して出た線さえも、羅漢さんにふさわしい表現になっています。そうして、左の手前の像の向うに少し見えている像や、左端の一部が見えている像でまたたくさんあると予感させるのです。

岩田 健三郎

も く じ

- ◇親子のカップル教室「布草履づくり」 P2
- ◆感動一杯！ キャンドルナイト P3
- ◇笑顔がはじける親子料理教室/国際交流フェスティバルのご案内 P4
- ◆神河町「まっせまつり」へおいでまっせ！
/山野草だより P5
- ◇環境体験館「エコハウス」での学習/
グループ活動紹介 P6
- ◆地元の食材を使った「さっぱり料理」 P7
- ◇中播磨生活創造フェスタ(予告)
10月のセミナーご案内 P8

“もったいない”の気持ちが 部屋一杯にあふれました！



.....親子のカップル教室「布草履づくり」.....

8月5日(火)「もったいない」の気持ちをいっぱい持った15組の親子が姫路生活科学センターに集合し、布草履づくりに挑戦しました。倍率4倍の難関を突破した幸運なカップルです。講師は市川町の「もったいない倶楽部」の皆さん。用意されたピンク、黄色、水色の鼻緒用の布と紐が入った袋からお気に入りの色を選び、持参の色とりどりのタオルを縦長に切るところからスタートしました。

講師の先生方の説明と手の運びはまさに技あり。それをしっかり見て、聞いて紐をひっぱり、タオルを織り込み、みるみる草履の形になっていく不思議さと楽しさで会場は熱気一杯です。



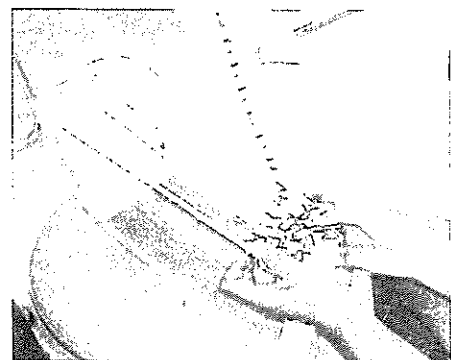
途中あちこちから「お願いしまーす」の聲がかかり先生方はフル回転。一組ずつ丁寧に手ほどきを受けながら、鼻緒がつき、前緒がしっかり通って完成です。片足が出来上がりさっそくためし履きをする子もいました。

鼻の頭に汗をかきながら一生懸命作った男の子は「タオルがフカフカ柔らかく指の間も痛なくて気持ちがいい」と満足気でした。二時間ほどで両足が出来ました。みんな両手に持ってお披露目です。色とりどりでかわいいこと。見るだけでも楽しい古タオルを使った布草履ですが、「これを履いて足も気持ちよく、タオルもう一度お役に立つことができます。さらに床掃除のお手伝いもできますよ」というお話に僕も私も自分で作ったマイ草履に大満足の晴れやかな顔で大喜びでした。「お疲れ様」、そして「ありがとうございました」の挨拶で講習会終了。最後は椅子や机の後片付けも全員参加で素晴らしい布草履作り教室でした。

(応援隊 中村 篤子)



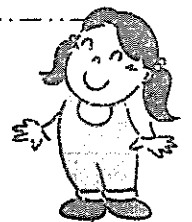
(できた!!古タオルで作ったマイ草履)



(裂いたタオルを織り込み草履の形に)

《参加者の感想から》

- ・楽しみながら、リサイクルしながら、世界に一つの作品ができ、とてもよかった。
- ・力の入れ具合が難しかったですが、自分だけのすてきな草履ができてうれしかった。
- ・簡単だと思っていたが、難しかった。でも満足できる草履ができてとても良かった。
- ・古着を利用して柄の違った草履をまた作りたと思った。



夏の夜をキャンドルナイトで楽しみました！

福崎町立図書館前にエコの文字が……



8月2日(土)の昼下がりに、予告なしの夕立が…
思わず天を仰ぐ！福崎町立図書館での初めての
キャンドルナイトの実施日です。集合は17時、祈る
ような気持ちで改めて空を見上げると「おおっ！大
丈夫そうだ」。先ほどの雨のお陰で心なしか涼しく
感じられ、自然の恵みに感謝！！

この度のイベントは図書館が企画し、福崎町生
活科学センターで福崎町消費生活研究会員と図
書館応援隊員が協力して実施した事業です。

当日の350個のキャンドルは、まず材料の廃油、
ペットボトルを多くの方の協力を得て集めることから
スタートしました。器のカットは消費生活研究会の
男性会員が担当。キャンドルは県民局担当者より
指導を受けた会員が図書館応援隊員と共に廃油
から手作りました。

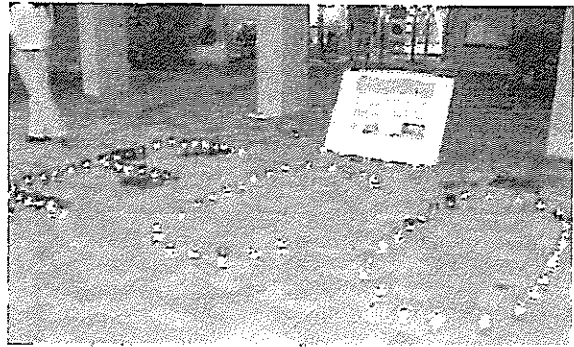
多くの手順を経て作られたキャンドルは愛おしく、
ご協力いただいた多くの方々の思いを伝える、そ
んな「光」を地域の人々に届けたいと思いました。

図書館玄関に「ECO」の3文字を並べ、次はデッ
キに沿ってキャンドルを並べました。文字用に色付
けされたのは日頃「お話し会」に参加している子ど
も達の作品です。

器がペットボトルなので火をつけるまでに水を入
れ、キャンドルを入れ点火する手順なのですが、
作成時に点検したはずの芯が長すぎたり横向いて
いたり…ハサミで修正する作業もなかなか大変で
した。事前に設置場所を決めていたにもかかわらず
「あっちよ」「いやっ！こっちの方が…」の声に右
往左往し、その度にキャンドルの芯に水がかかりま
す。それをティッシュで拭くという作業の繰り返しで
した。

皆さんの思いを込めてなんとか無事に主役のキャ
ンドルも配置完了しました。点火までは参加者の交
流会です。

19時点火！図書館の照明を落としていただき、
ほどよい暗さの中、キャンドルが光を放つ光景に、
思わず拍手が上がったのは言うまでもありません。



(カラフルなキャンドルで「ECO」の文字が…)

20時の閉館まで「キャンドルの光」を楽しみ、お話
し会を楽しんだ人達の笑顔が並びました。

福崎町でのキャンドルナイトの一夜は小さな催し
ではありますが、とてもとても大きな感動があったと
感じました。

その後、器は再利用のため会員が、キャンドルは
再生のため県民局の方が持ち帰りました。

田原、八千種、福崎の3地区を表わす屋根を持
つ図書館は設立以来、町内外から多くの来館者を
迎え、多くの方に支えられながら順調な歩みを続
けていると実感しました。

感動の翌日、「来年も「キャンドルナイト」をしてね
と図書館で頼んできたよ」と知人に声を掛けられま
した。

集う場所に恵まれ、交流があり人の輪が広がり
喜びが大きくなったと感じています。この流れこそ
が大切であると切に思います。

来年のキャンドルナイトはどんなイベントになるで
しょうか？企画、準備の過程は環境への関心度の
高まりに繋がり、実施は地域活動の活性化へと向
かっていくのではないかと期待しています。多くを
学ばせていただき、またひとつ素晴らしい感動を体
験しました。

キャンドルナイトにご協力いただいた皆さん！

ご参加いただいた皆さん！ありがとう！ありがと
う！来年もよろしくお願いします！！

(応援隊 小國 冷子)

夏休み親子料理教室

うれしい笑顔がはじけました！

8月10日(日)福崎町生活科学センターと福崎町消費生活研究会が共催で「夏休み親子料理教室」を実施しました。テーマは、『おいしい地元のお米や野菜をたっぷり使っておにぎりパーティー』、参加者は44人でおばあちゃんとお孫さんのペアもみられました。



メニューは、おにぎり5種類と手羽元のやわらか煮、さけのじゃがいも包み焼き、ポテトサラダ、トマトの香味サラダ、厚揚げと野菜炒め、きゅうりの酒粕漬け、かぼちゃのポタージュ、すいかのデザートなど品数も豊富です。



で溶かして小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、卵を入れて混ぜ合わせます。

私のグループは小学校高学年の女の子2人と一緒にティータイム用のじゃがいもケーキを作りました。じゃがいもの皮をむき、バターをレンジ



(豪華なランチメニューの出来上がり)

作業もスムーズに進み型に入れてオーブンレンジの中へ。30分後こんがり焼きあがったケーキを見て「おいしそう!!」「上手にできたわあ〜」とうれしそうな笑顔の2人。昼前には他の料理も出来上がり、会長手作りのランチョンマットと箸袋も添えられて豪華なランチになりお喋りしながら美味しく頂きました。

午後からは、子ども達と一緒にエコ工作です。牛乳パックを利用して万華鏡を作りました。大人の人も「童心に返って楽しかったわ」と簡単に作れた万華鏡に満足そうです。

ティータイムは、じゃがいもケーキとキャロットゼリー、人参の嫌いな子どもでも美味しく食べられるゼリーでした。料理を作る楽しみ、みんなと一緒に味わう喜び、そしてエコ工作では牛乳パックを再利用して万華鏡を作り充実した1日を過ごしました。(応援隊 尾崎 美津子)

第13回国際交流フェスティバルに参加してみませんか？

今回は初めてアメリカが参加。アメリカの一般的な家庭のお菓子「ブラウニー」を出品します。外国の料理を味わったり、踊りや音楽、文化紹介などを通じて交流をはかり、お互いに異文化理解を深めましょう。

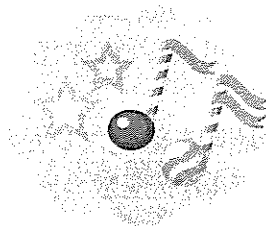
日時 2008年10月26日(日) 10:00~15:00

場所 大手前公園(姫路市本町68)

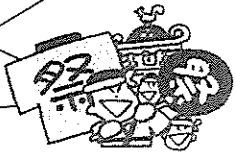
内容 ●世界の料理実演販売(21カ国・25種類)
●パフォーマンス(さまざまな国の踊りや演奏)
●ふれあい体験

主催 姫路市国際交流協会()

(応援隊 小林 美波子)



神河町「まっせまつり」へおいでまっせ！



“かんざきまるごとうりまっせ！「まっせまつり」広げよう
銀の馬車道 まちづくりの輪”をテーマに、自然、歴史、
文化を活用した観光交流の創出を図り、地域経済の活
性化やコミュニティの活性化をめざした神河町商工会
のイベントが今年も10月26日(日)に開催されます。

明治時代より生野銀山から飾磨港を結ぶ銀の馬車道
として活躍した道(前回号でも紹介)は、以前は多くの商
店が立ち並び賑わっていました。しかし、活気のあった
街並みは、国道312号線の移動で役場・郵
便局・銀行がその国道沿いに移っていったことにより、商
店は次第に減っていきました。かつて活気のあった旧の街並みで行われるイベントは今年で9回目
になります。イベント内容は今検討中(乞うご期待！)ですが、昨年は神戸サンバチームが会場内を踊
ったり、保育園児による鼓笛演奏マーチングや吹奏楽演奏、よさこい踊り、獅子舞等いろいろな祭り
で大変盛りあがりました。また近くには「銀の馬車道交流館」(*)もあり、生野銀山で発掘された銀の
鉱石が展示されています。一度「まっせまつり」においでまっせ！！



(昨年の「まっせまつり」)

(※)「銀の馬車道交流館」は商店街の旧但陽信用金庫内で火曜日が休館日となっています。

(応援隊 藤原 洋子)



日時: 10月26日(日) 10:30~15:30

場所: 旧神崎町商店街

主催: 神崎町商工会 後援: 神河町

連絡先: [REDACTED]

ほっとひといき 山野草だより

我が家の季節折々の
山野草をご紹介します



丸い花穂がかわいいワレモコウ

地下茎は太くて短く、葉は細長い楕円形で縁にギザギザ
が入ります。秋に茎を伸ばし、その先に桑の実のような濃紅
紫色の穂状の花をつけます。園芸の本では、「吾木香」、
「吾亦紅」、「我毛紅」などいろんな字が使われています。

われも紅色でありたいと願う思いを込めて「吾亦紅」と名づ
けられたという説もあります。夏に咲くひまわり、ダリアなどの
華やかさありませんが、茎が伸びその先に咲く地味な暗

紅色の丸い花穂がとてもユーモラスで、野趣に富んだ素朴さが気に入っています。

丈夫な花ですが我が家の庭では意外と育ちが悪く、入手後何とか咲かせたいと環境を変えたりし
た結果、5年目の今年はようやくこんなに咲かせてくれました。

(応援隊 上山 和子)

環境問題を肌で感じました。(市川町環境教室)

8月1日(金)バスに乗って子ども9名を含め総勢30人ほどで佐用町にある「ひようご環境体験館」と「西はりま天文台公園」を訪れました。市川町消費者の会は10年前から消費者問題の学習に加えて「子どもと共に環境にやさしい暮らしをしよう」をテーマに活動を展開しています。夏休みの自由研究の宿題ができ、環境について関心をもつことの出来る人に成長してほしいというわれわれの願いも叶うような行き先をいつも探しています。今年3月にオープンした環境体験館「エコハウス」は、映像や手をふれて感じる事ができるようなわかりやすい展示になっています。お天気がよかったので、太陽熱を集めてゆで卵やウインナーを調理しました。子どもたちも驚きと感動でおいしくいただきました。「西はりま天文公園」には世界最大の公開望遠鏡「なゆた」があり、夜空が美しい立地条件の中で様々なイベントが企画されています。子どもたちの未来が今以上に美しい環境であることを願わずにはいられませんでした。

(応援隊 後藤 満里子)



★ひようご環境体験館

★西はりま天文台公園

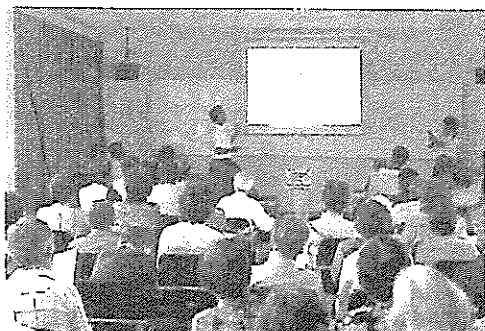
グループ活動紹介

…センターに登録されているグループの紹介コーナーです

◇◇ニ水会◇◇

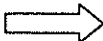
姫路生活科学センター開設当初の講座修了生を中心に、昭和43年に誕生した自主活動グループで、センターを拠点に長年活動を続けています。現在会員は40名。全員消費者問題に取り組む意欲のある人たちばかりです。

“ニ水会”というのは毎月第二水曜日に行事をしていたことに由来しますが、現在は会員が集まりやすい日に定期的に学習会を開催しています。「金融」「生活設計」「介護」「健康」「環境」など幅広い分野から会員が知りたいテーマを取り上げ、和気あいあいの雰囲気の中で楽しく学習しています。とてもわかりやすいと評判の今井一清氏を迎えての経済講演会、篠原講師の米飯拡大の料理教室なども例年開催しています。最近では「後期高齢者医療制度」を例に医療サービスの課題について学びました。「健康を自分でつくることの大切さ、日常の生活習慣、食との関係が密接であることを



改めて認識した」と前会長の片木さんは話していました。8月には「塩」をテーマに自主学習をしました。11月の「生活創造フェスタ」では学習成果を展示発表の予定です。今の課題は会員の高齢化。「くらしの中の様々な課題・問題点を意識して生活したい方！共に手を携えて歩みましょう」と呼びかけています。

講習会や加入に関するお問い合わせ



姫路生活科学センターまで

地産地消の食材を使ったお料理レシピ



暑さ寒さも彼岸までといいますが、まだまだ暑い日が続きます。安全安心な地元の食材を使ったさっぱり料理をご紹介します。お試しください。

《地産地消の食材を活かす会》

★ ささみの利休焼き

《材料4人分》

ささみ	8本
きゅうり	1本
酒	大さじ2
醤油	大さじ2
みりん	大さじ1
小麦粉	適量
卵	1個
白ごま	大さじ4
黒ごま	大さじ4
青じそ	4枚
レモン	4切れ
サラダ油	少々

《作り方》

- ① ささみはすじをとって、ラップに包み、麺棒等で軽く叩いて厚みを均等にする。
- ② ①の調味料をまぜ合わせ、①のささみを20～30分漬けておく。
- ③ きゅうりはかつらむきにして千切りにし、冷水に放して水を切っておく。
- ④ ②のささみの汁気を切り、小麦粉、溶き卵、白ごま、黒ごまをふりかける。
- ⑤ フライパンに油を熱し、④を弱火で焦がさないように焼きます。
- ⑥ 器に青じそを敷いて、焼きあがったささみを切り盛り、きゅうりとレモンをそえる。

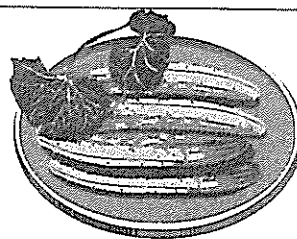
★ たたききゅうりの辛味ドレッシング

《材料4人分》

きゅうり	2本
にんじん	6cm
豆板醤	小さじ1
しょう油	小さじ2
酢	小さじ2
ごま油	小さじ4
みりん	少々
にんにく	小さじ2
きざみねぎ	少々

《作り方》

- ① きゅうりは軽く麺棒でたたき、にんじんは薄い輪切りにして塩小さじ1(分量外)をふっておく。
- ② 野菜がしんなりしたら軽くしぼり、混ぜ合わせ①のたれをかける。



★ その他のメニュー 梅ご飯・豆腐サラダ

《お知らせ》

次回の「地産地消の食材を活かす会」の料理講習会

日時: 10月8日(水) 10:00～

場所: 姫路生活科学センター



(応援隊 大野 律子)

「中播磨生活創造フェスタ」開催！（予告）

姫路生活科学センターの各種事業などを通じて、生活創造活動に取り組んでいるグループが一同に会し日頃の学習実践の成果等を発表することで、地域と団体が相互に支え合い、高め合うネットワークの構築を図るイベント「中播磨生活創造フェスタ」を開催します。

◆ テーマ 「楽しもう 地域の活動」

◆ 期 日 平成20年11月20日(木) 10:00～15:00

◆ 主 催 中播磨生活創造フェスタ実行委員会、兵庫県姫路生活科学センター

◆ 会 場 兵庫県姫路生活科学センター

(昨年度の様子)



(内掛けのドレスも登場したファッションショー)



(新鮮野菜に地域の人たちも来場)

内
容
(
予
定
)

* グループ活動発表(場所:2階集会室)

着物のリフォーム・ファッションショー、ランチコンサート、子どもたちへの読み聞かせ等

* 活動作品展示(「版画」、「食と食育に関するアンケート結果」、「ウォーキングマップ」等)

* 遊べる折り紙教室

* 地産地消の鶏めし・珈琲 等

* その他えび芋など地元産の新鮮な野菜・花・クッキーなども販売予定

10月の消費者セミナー ご案内

「自転車に乗ろう！でも、その前に—自転車を巡る最新の動きについて—」

高価なガソリンを使わず、環境にもやさしい自転車。今、通勤、ビジネス、買物等々にと、世界的に見直されています。初心者・高齢者が乗りやすい自転車や3人乗りの生産・開発も進められています。

安全に快適に活用するため、自転車を巡る新しい動き、選び方や安全性等について学びます。

* 日 時 平成 20 年 10 月 20 日(月) 13:30～15:30

* 場 所 姫路生活科学センター 2 階 集会室

* お問い合わせ



試乗も！

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... 限らない 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)

しんぶんについてのお便り・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