

宮崎の風

宮崎公民館だより No.174

発行日：令和7年1月4日

発行：宮崎公民館

千葉市中央区宮崎2-5-22

電話：263-5934

館長：桶田智弘

あんしんケアセンター活用術 在宅介護の最新事情

日時 2月20日(木)10:00~12:00

会場 宮崎公民館 講習室

対象 65歳以上の方

定員 20人

締切 2月10日(月)



ローリングストックと災害食「湯せん炊飯」

~普段のお買い物が災害時の備蓄品になる~

日時 2月23日(日)10:00~12:00

会場 宮崎公民館 調理実習室

参加費 500円(試食のほか、
備蓄品のお土産あり)

持ち物 エプロン・三角巾

定員 抽選16名(成人)

締切 2月13日(木)



講座の申し込み方法

1. 窓口：宮崎公民館 2階窓口（年末年始を除く、9:00~17:00）
2. メール：必要事項（講座名、日程、氏名、お住まいの区、年齢・学年、電話番号）を明記して oubo.miyazaki@collf.jp または右の二次元コードを読み取って申し込み。
3. 応募フォーム：宮崎公民館 HP 下記リンクまたは右下の二次元コードを読み取り。
<https://chiba-kominkan.jp/chuo/miyazaki>



問い合わせ 宮崎公民館 ☎ 043-263-5934 (9:00~17:00)

車いすの料理人と作る カンタンだし巻き卵

12月22日（日）に、「車いすの料理人と作るカンタンだし巻き卵」を行いました。

参加者は、講師の金子先生に実演していただきながら、美味しいだし巻き卵を作るコツをつかみ、手際よく作りました。

後半は、講師が作った厚焼き玉子を試食しながら、料理人として活躍されていた金子先生が、事故にあわれてから歩んだ道についてお話を聞きました。

参加者からは「事故にあわれても前向き、前進、私も元気をいただきました」などの声をいただき、好評でした。



手前みそ試食会

12月15日（日）に、「手前みそ試食会」を行いました。

約1年前に、本館主催講座「はじめての味噌づくり」に参加して味噌を作った方たちの味噌の出来具合を、お互いに披露し試食しようという講座です。

各自が作った味噌とごはん（おにぎり）、味噌料理を1品持ち寄りしました。

食べながら、この1年の味噌の熟成状況等について、話しました。家のどこに保管したか、天地返しはしたか、どんな料理を作ったかなど、楽しい話し合いになりました。これからは味噌料理を持ち寄って披露しようということになり、新しいサークルができました



12月の学習相談 PICKUP

Q (中学生)公民館の和室で妹とクリスマスパーティをやりたいが、どうすればよいですか？

A 残念ながら中学生には個人で貸すことができません。また、調理実習室以外の部屋は飲食が禁止です。そして、個人で大勢での利用はできません。

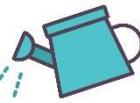
個人使用の場合、事前に登録が必要です。そして、1日1コマ、1週間に3コマまで使用できます。中学生の場合は、親御さんが一緒に来ていただければ利用する事が出来ます。

詳しくは公民館の窓口で説明いたします。



理科好き館長の

水やりタイム



今年も利用者の方から、シクラメンの鉢を新たに頂きました。花が、これまで見たことがない紫色です。ご来館の際は、ご覧ください。

植物を増やす方法の基本は、種を取ってまくことですが、そういえばシクラメンの種は見たことがありません。調べてみると、受粉してから種ができるまでに100日ほどかかるので、花が終わるとすぐに取ってしまう私では、種を見ることができなかったのです。

人工授粉で、別の株同士で新たなシクラメンを作ることもできるようです。

園芸店では、毎年様々な新種の植物を目にします。そのほとんどが人工授粉による品種改良です。でも、性質を大きく変えるためには別の方法を取ると聞きました。

電子や粒子のスピードを上げて飛ばす加速器と呼ばれる物があります。その中で重イオンというものを植物に当てて品種改良を行うというものです。様々な植物を作成可能ですが、人が制御できる範疇でお願いしたいものです。