集落支援だより

Vol.3
R8.10 月発行

岩国市美和町　阿賀地区





みんなでまいた、そばの種。

　新学期が始まってすぐの9月2日、美和小学校の4年生11名がそばの種まき体験に参加しました。そばの種を見るのも初めてという子どもたち。種を手に取りながら、わくわくした様子で種まきに挑戦しました。

　中村さんと林さんのサポートと指導のもと、種のまき方や、そばがどのように成長していくのかを教わりながら、あっという間に種まきを終えました。

　最後は、まき終えた畑に向かってみんなで手を振り、「大きく育ってね～！」と声をかけて帰りました。そばの成長は早いそうなので、これからどんなふうに育って行くのか、子どもたちと一緒に楽しみに見守っていきたいと思います♪



サロン「ほのぼの会」 毎月第1・3 金曜日　10:00～

敬老会

今年の敬老会では、ちらしずし、そうめん汁、サラダ、カボチャの煮物、季節の野菜の天ぷら、手作りこんにゃくと、豪華なお昼ご飯が並びました。阿賀の皆さんのおうちで収穫した食材を使った地域の恵みが詰まった料理はどれもとってもおいしく、食べきれないほどでした。

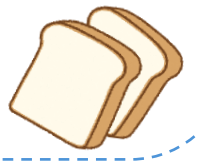
食事のあとは、ゲームや歌を楽しみながら、皆さんとよい時間を過ごしました。これからも皆さんお元気で、毎日を楽しくお過ごしください！

豆知識　きな粉



きな粉は原料である大豆にカリウムが豊富に含まれている食べ物。血中コレステロールを下げたり、動脈硬化を防いだりしてくれる食べ物として積極的に取り入れたい食べ物です。

1日大さじ1～2杯を目安に摂取するのが適切。ヨーグルトや牛乳に混ぜたり、パンに振りかけてもおいしそうですね！



阿賀の風景

阿賀のそば畑を見に行った帰り道、道沿いにきれいに植えられた花々を見つけました。

こんなにきれいに咲いているのは、どなたかが大切に管理されているからでしょうか？



集落支援員からひとこと



9月もあっという間に過ぎ、朝晩はだいぶ涼しくなってきました。まだ暑さの残る日もありますが、少しずつ秋の気配を感じるようになりました。シルバーウイーク、みなさんはどのように過ごされましたか？我が家は子どもの習い事で慌ただしく過ごしながらも、約5年ぶりに大学時代の親友と会うことができ、嬉しいひとときとなりました。

久しぶりに会っても話は尽きず、楽しい時間はあっという間でした。

そして、いよいよ稲刈りの季節です。農家のみなさんも収穫に向けて忙しい時期を迎えていることと思います。我が家も10月の初めには稲刈りの予定です。実りの秋を楽しみにしながら、今月も元気に過ごしたいと思います。

発行：美和地域　集落支援員　ファウラー　久美子
美和総合支所　地域振興課　TEL: 96 - 1111　FAX: 96 - 0415

AKA_MIWAMACHI
阿賀地区のインスタグラム