



田無公民館つうしん

耐震改修工事ニュース Vol. 8



田無公民館は耐震改修工事のため令和3年4月から休館しています。

工事完了までの1年間、田無公民館を利用していたサークル間の交流をはかるため、定期的に「田無公民館つうしん（耐震改修工事ニュース）」を発行します。

【サークル活動紹介】 「はぴ食」 (現在、芝久保公民館で活動中)

寄稿していただきました。

6月11日(金)は、田無公民館主催講座のときに講師をされた吉田朋子先生をお招きして、時短レシピや子供と一緒に楽しむ食育についてお話していただきました。炊飯器ひとつで一度に何品も作れるレシピや、野菜を美味しく食べられるレシピは今でも家で取り入れています。子供クッキングの活動もされているので、子供と楽しくお料理する方法や、好き嫌いの相談に乗っていただくなど、今後のためになるとても有意義な時間を過ごすことができました。

10月8日(金)は、田無公民館主催講座のときに講師をされた近藤恵津子先生をお招きして「食品添加物について楽しく学ぶ講座」を開催しました。身近にあふれている食品添加物ですが、よく分からないけどなんとなく体に悪い気がすると思っている方も多いのではないのでしょうか？ 全てが悪と排除するのではなく、自分で考えて自分にとって心地よい選択ができるようになりたいと思います、みんなで学びました。今回は顆粒ダシに焦点を当て、実際に作っていただき、どうやってできているのかを説明していただきました。近藤先生はとて分りやすく楽しく伝えてくださるのであつという間の時間でした。

それぞれの講座からたくさんの気づきや発見があり、日々の生活で実践していきたいと思えます。

サークル主催の講座は2回目ということもあり、朝の準備等に手間取ることもありましたが、参加していただいた皆様、ご尽力いただいた皆様のおかげで無事開催することができました。この場を借りて感謝申し上げます。

今後も子供と一緒に季節の手仕事を楽しんだり、親も子供も楽しみながら活動していきたいと思えます。

はぴ食とは…2020年に田無公民館主催の保育付き講座「あした、何食べる？」に参加したメンバーにて結成し、ハッピーに食育しよう！と「はぴ食」と名付けました。子供たちの食育や、簡単レシピ、子育ての相談など、楽しく情報交換しています。



必要な栄養素を一日の献立に置き換えてみましょう。

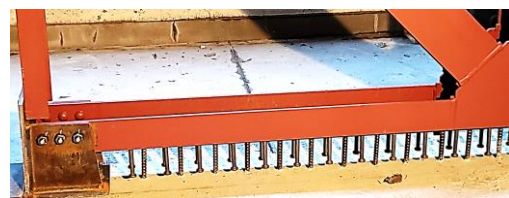


顆粒出汁はどうやって作られているのでしょうか？

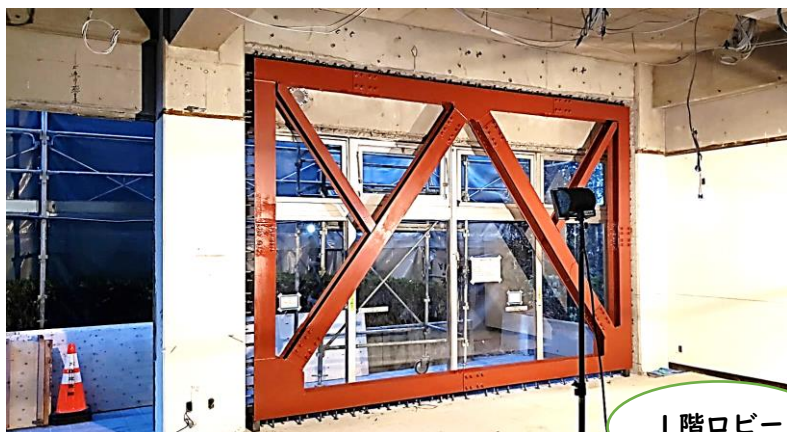
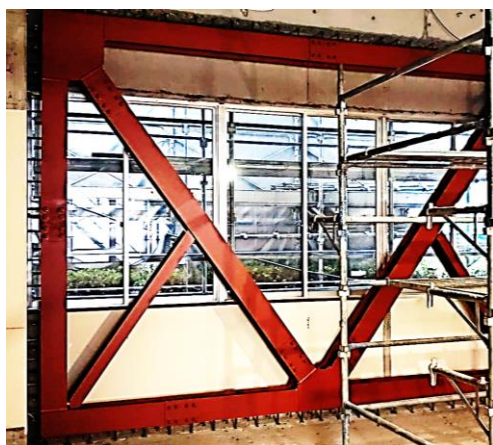


「はぴ食」メンバーと近藤先生

田無公民館の現在の様子をお知らせします。



1階ロビー開口部に耐震補強のための筋交いが設置され、2階と地下の開口部には筋交いを設置するための金具が打ち込まれました。(11月10日現在)



田無公民館つうしん（耐震改修工事ニュース）Vol.8

発行：令和3年12月1日

編集：田無公民館 E-mail：tana-kou@city.nishitokyo.lg.jp

Tel：042-464-8211（柳沢公民館内）