

日	月	火	水	木	金	土
口羽公民館 スマホサロン 8/20 (水) 14:00~16:00 口羽公民館 会議室 おおなんアプリや災害関係のアプリの使い方について学びます。その後は交流の時間となります。申込不要ですので、お気軽にお越しください。					1 交通安全の日	2
					13時半~14時半 シニア・エアロビ教室	
3	4	5	6	7	8	9
平和パネル展 長崎原爆資料館からお借りしたパネルを展示します。ぜひご覧ください。8/5 (火) まで展示しています。		13時~16時 友美会	13時半~15時半 口羽寄り合い処	9時半~10時半 運動教室	13時半~15時半 桜会	9時~12時 百寿会
燃えるごみ		プラスチック		容器包装紙	燃えるごみ	
10	11	12	13	14	15	16
	「山の日」	13時半~16時半 上田寄り合い処	13時~16時 友美会	13時~17時 リサイクル教室	14時~15時半 野の花コーラス	13時半~14時半 シニア・エアロビ教室
	燃えるごみ	プラスチック		ペットボトル	燃えるごみ	
17	18	19 食育の日	20	21	22	23
百人一首の会 活動日 8/19 参加者募集中!	9時半~12時 口羽寄り合い処	14時~16時 百人一首の会	13時半~16時半 上田寄り合い処	13時~16時 友美会	14時~16時半 スマホサロン	11時~12時半 おおなんオレンジカフェ
	燃えるごみ	プラスチック		容器包装紙	燃えるごみ	9時半~10時半 運動教室
24/31	25	26	27	28	29	30
	13時半~15時 ひらめき学級	9時半~12時 口羽寄り合い処	13時半~16時半 上田寄り合い処	13時~16時 友美会	13時半~14時半 職業相談会	14時~15時半 野の花コーラス
	燃えるごみ・資源ごみ・不燃ごみ	プラスチック		ペットボトル	燃えるごみ	9時~12時 「エーロさん交流会」 「カルラランビラッカをつくらう」

【編集後記】猛暑が続いていますね。昨年頃からか、夏の存在感が際立って、春と秋が短くなり、日本の四季のバランスがおかしくなっているように感じます。夏は好きなのですが、夏らしい暑さの時には、セミに鳴いてほしいし入道雲も見える空であってほしい。季節感がないまま気温だけ高い。これで夏といえるのでしょうか…。そうはいつても暑いのですから、こまめに水分補給をして暑さを乗り切りらなければなりませんね。（小玉）

くちば

口羽地区の人口と世帯数
(2025年6月末)
 男性 301人
 女性 307人
 世帯数 312戸

07 2025

口羽公民館

発行：令和7年7月17日
 電話：0855-87-0910
 IP:050-5207-6600

羽須美地域公民館

歴史講座 6/11(水)

安来市の月山富田城に登りました。当日は梅雨の真ただ中で雨の予報だったのですが、到着してからは空は晴れ渡り、絶好の散策日和となりました。詳しくは次のページで紹介します。

月山富田城散策

令和7年度

口羽っ子通学合宿

サポートメンバー募集!

6/25 (水) 18:30~ 第1回目の地域学校通学合宿の協議を開催しました。協議の結果、令和7年度の口羽っ子通学合宿は

10/23 (木) 午後 ~ 25 (土) 午前中

で開催を計画していくことになりました。

また、スタッフが高齢化して世代交代できていないことや安全を担保するためにもスタッフ数が不足していることなどから、今年度は、小学校卒業生の保護者の皆さんなど幅広くお声かけをすることとなりました。

特に宿泊できる女性スタッフが足りず、夜間の安全体制に不安があります。ぜひ、多くの住民の方に関わっていただけたらと思います。ご協力よろしくお願いします。



羽須美地域公民館 歴史講座

月山富田城 登山

はじめに歴史資料館に立ち寄り、平原館長さんから富田城について説明を受けました。「お城というと天守閣のある白壁のお城を思い浮かべるとありますが、山城は自然の地形を生かした要塞です。富田城は、中世から近世への城の移り変わりを教えてくれる貴重な山城です。」と、尼子氏と毛利氏との戦いの話などはじめ、名城100選に数えられる難攻不落の山城の魅力について教えていただきました。これから月山富田城に行かれる方は、ぜひ資料館にお立ち寄りいただきたいです。館長さんはお話も上手で聞き入ってしまうこと間違いありません。

資料館の観覧を終えて、いよいよ月山登山です。道はよく整備されているため、足場が悪いところはなく、安心して登ることができます。ただ、「七曲り」と呼ばれる本丸の手前の急な坂道がありますが、ここは結構大変です（実際には11か所曲がり角がある）。普段、歩きなれていない方だと苦労されるところです。しかし、ここを登りきると、本丸、そして眼下には広瀬地区の街並みや中海を眺めることができます。本丸に到着すると、みなさん思い思いに散策され楽しんでおられたようです。

これからも実地で学ぶ歴史講座を開催できればと思っています。次回もご期待ください。

通学合宿について

もう少し6/25（水）の協議内容についてお伝えします。令和6年度の通学合宿は、子どもたちをお客さん扱いせずに「自分のことは自分でする」ことを前提に開催しました。このため、調理をはじめ、全体的に時間はかかりました。今年度もその方針は維持していきますので、多くのスタッフが必要になると思われます。

また、夜の活動の時間に何をするのか、10/25（土）午前中は親子参加の時間にする予定ですがこの時間に何をするのか、などについて意見を交わしました。地域に根差した何かができればいいなと思っています。

6月30日に田所公民館で、島根大学の^{大野}公寛先生を講師にお招きし、「邑南町らしいコミュニティ・スクールをつくる」という演題で学習会を行いました。無線放送やチラシで学習会をご案内し、当日は様々なお立場の参加者が30名程度いらっしゃいました。

大野先生からは、コミスクとは何か、事例、コミスクのポイント等をわかりやすく教えていただき、「わたしたちの教育を自分たちで時間をかけて共に創っていく。どんなものになるかはわからない。おもしろがってやってみよう。」という力強いメッセージをいただきました。8月にもコミスクについての学習会を予定しています。

コミスク



詳細が決まりましたらお知らせします。

6/19（木）男の料理教室！



↑大葉は細かく千切りにします
細いほうが麺にからみます



↑もも肉の骨の継ぎ目や余計な油をそぎ落とします



「大葉の冷製パスタ」



【材料】

マヨネーズ…25 g ツナ缶…1/2個
砂糖…小さじ2/3 味の素…3振り
レモン汁…小さじ1/2 醤油…大さじ1/2
塩…1.5Lのお湯で20 g 大葉…10枚
ミニトマト…適量 パスタ（14mm）…100 g

〔ソース〕

①スプーンで押しつけて、ツナ缶の油を切る（キッチンペーパーに吸わせてください）
②ボールに砂糖、マヨネーズ、醤油、レモン汁、味の素を入れて調味料を混ぜる
③②を冷蔵庫で冷やす

食育の日にあわせて、男の料理教室を開催しました。今回つくったのは「米泥棒鶏と大葉の冷製パスタ」です。米泥棒鶏はいわゆる油淋鶏の揚げずに炒める版みたいな感じです。どちらも冷やしていただくので夏場にはもってこいです。米泥棒鶏は濃いめの味付けなのでご飯が進みますし、パスタは細麺なので冷やしやすく、レモンが効いてさっぱりしているので、すると食べられます。ぜひみなさんも作ってみてください。大好評でした。

猛暑でも食が進みますよ。

〔大葉とトマトの準備〕

水洗いし、水気をキッチンペーパーで拭き取る
①大葉の茎を手で取る
②大葉を丸めて細切りする（細いほうがパスタによく絡みますし香りがいっそう増します）
③トマトを輪切りにする（キッチンペーパーで水気をとってもいい）
④キッチンペーパーでくるんで冷蔵庫で冷やしておく

〔パスタ〕 あらかじめ冷蔵庫で皿を冷やしておき ボールに氷水を用意しておく

①水に塩を入れて沸騰させる
②パスタを設定されている時間より1分長くゆでる
③ゆであがったらザルでお湯を切って流水で冷やす
④熱が取れれば、氷水で冷やす
⑤水気を切る（手でつかんで握ってしぼってもいい）
⑥パスタとソースとからめる
⑦皿に盛り付けて、トマトと大葉を載せる（このときボールに残っている水気は皿にはいれない）
麺つゆを少し足すと味変で、これもまたおいしい