



中央地区自治連合会(中部地区社)  
**9/22** 地域交流青少年野  
 場所/巖流島



勇者長  
野  
キ工理  
にるな  
と

後田町五丁目東部自治会  
 後田町五丁目東部自治会福祉会  
**「ふれあい作品展」開催**

毎月第二日曜日に開催している「ふれあいサロン」の一環として「ふれあい作品展」を去る10月8日㊥、9日㊦、10日㊧の三日間にわたり「ふれあいプラザ」に於いて開催いたしました。  
 今回が初めての試みであり、どのような形式にしようかと試行錯誤した結果、素晴らしい作品展となりました。  
 展示した作品は、絵画・写真・盆栽・編み物や手芸など多岐にわたり総数は36点、また三日間の来場者数は延べ103人に上りました。  
 地域の皆さんの力作揃いで交流の場としても大変良い機会になりました。「来年は私も出品します」という早々の予約もあり、今後の更なる展開を楽しみに継続事業としていきたいと思っています。



**10/22** 敬老昼食会  
 地区内満80歳以上の希望者と民生委員の皆さん総勢85名が一堂食会を開催いたしました。今回は皆

「ガ」を体験していただきました。  
 年をとると笑いが無くなります。たわいもない話を発散させるばかりでなく、呼吸も腹式となり、体いっぱい吸うことが更に良い結果を生み出します。  
 最初はぎこちない方も多かったが、最後は楽しい会場中に広がっていました。

上田中地区  
 食生活改善推進協議会  
**「食生活習慣を見直した献立作り」**  
 下関支部上田中地区 理事 長田 ユキ江

**11/21** 上田中地区食推のメンバーは、食生活習慣を見直した献立作りに取り組んでいます。  
 今回は地域の皆さんと参加いたしました、11月21日に行われた「連子鯛」を使った料理講習会をご紹介します。



下関おきそこ(山口県下関市水産振興局)が、漁獲する連子鯛の消費拡大を図るため連子鯛を食材とした料理講習会が行われました。  
 出来上がった料理は、色彩も、味もよく、皆さん喜んで頂きました。  
 またこの日はテレビ局の取材があり、会場は大いに盛り上がりました。



- 無形文化遺産になった和食は**
- 1)多様で新鮮な食材を使い、持ち味を生かす
  - 2)バランスがよく、健康的な食生活をつくる
  - 3)自然の美しさを表現する
  - 4)年中行事とかかわっている
- といった特徴があります。



**11/13** 三世代交流バスハイク  
 場所/伊藤公資料館  
 <<本年度は83名が参加>>



恒例  
図ると  
の中で  
従前  
施設・  
に取  
のテー  
本年  
一人  
細かく  
させる  
錦帯  
砲隊の  
川鉄達  
示・紅

毎週土曜日(原則)  
**放課後子供教室**  
 場所/第二幼稚園

王江・名池小学校、名陵中学校校区内の地域が一体となって、次世代づくり・青少年育成を挙げる環境整備の一環として開催されています。  
 原則として王江・名池小学校生徒を対象とした放課後子供教室で、本年度は子供会員24名、スタッフ・サポーター等8名、一部ご家族が毎週土曜日午前中、現在休園中の第二幼

