

市内にあるさまざまなサークルのイキイキとした活動をご紹介します。

みんなが主役!

サークル仲間 vol.9

手で話そう「旭市手話サークル若葉の会」

サークルデータ

活動場所／第二市民会館

活動日／毎週火曜日

午後7時～9時

<http://wakabanokai.web.fc2.com/>

手話講習会への参加をきっかけに、もっと手話を使ってみてみたい、覚えたいと感じたメンバーが中心となって平成6年4月から活動を始めました。現在ではメンバーも増え、20代～70代まで28人の会員がおしゃべりを楽しみながら手話を学び、手話への興味を広げる活動をしています。

手話は耳の不自由な人と会話をするための手段ですが、日本語や英語と同じ独自の文法を持つ言語の一つです。最近では手話を交えて歌を歌うなど、表現方法の一つとしても関心が高まっています。会員の中には聴覚障害に関するドラマを見て興味を持った人や、耳の不自由な人と接する機会があり、話せるようになりたいと入会した人もいます。



活動は歌の歌詞やドラマ・映画のせりふを手話で表現したり、手話検定や聴覚障害者などを取り巻く環境についての勉強会を開いたり幅広く行っています。会員には耳の不自由な人もいるため、手話を身に付けるだけでなく、日常の困り事や体験談を聞くこともできます。

毎週火曜日午後7時から第二市民会館で活動していますので、手話で会話を楽しみたい人は見学に来てみませんか。



歌に合わせて手話を練習



おいしく食べよう

旭産 簡単・ヘルシーレシピ

VOL.83

しっとり鶏ハム

1人分の栄養価 エネルギー130kcal、塩分1.6g



材料 (4人分)

鶏むね肉…… 1枚(350g)
砂糖…………… 大さじ1
塩…………… 大さじ1

鶏肉などの肉類は、たんぱく質が豊富な食材です。たんぱく質は体内で分解され、アミノ酸になります。肉類は人の体では作れないアミノ酸の全てを十分に含むので、良質のたんぱく質といわれています。

作り方

- ①鶏むね肉の中心の筋から左右に切り込みを入れ、厚さが半分になるように開く。
- ②砂糖と塩を混ぜ合わせて鶏肉全体にすり込み、ビニール袋に入れて冷蔵庫で一晩寝かせる。
- ③②を水で数回洗い、キッチンペーパーで水気を拭き取ったら、皮を内側にして端からくるくると巻く。
- ④ラップで包み、両端を輪ゴムなどで留める。
- ⑤鍋に④とたっぷりの水を入れて火にかけ、沸騰したら15分ほどゆでる。火を止めてふたをし、そのまま半日ほど置く。
- ⑥ラップを外し、食べやすくスライスする。

岡旭市保健推進員協議会(☎57-3113・健康管理課支援班内)

データシート

火災

【11月】

平成28年の累計

建物火災 1件(12件)
その他の火災 0件(9件)

交通事故

【11月】

平成28年の累計

事故件数 148件(1,698件)
死亡者数 1人(3人)

人のうごき

【11月の移動】

転入 223人 出生 35人
転出 213人 死亡 77人

【12月1日現在】

	人口	前月比
人	67,249人	(▲32人)
男	33,053人	(▲17人)
女	34,196人	(▲15人)
世帯数	25,787世帯	(+6世帯)