

みんなが主役!

サークル仲間 vol.29

サークルデータ

活動場所／いいおかユートピアセンター
活動日／毎月第1・3金曜日
午後1時～4時

自分のイメージを形に「陶遊会」

陶遊会は飯岡地域で20年以上続く、陶芸が好きな人たちが作ったサークルです。メンバーには講座などで陶芸を体験し入会した人や、陶芸歴20年以上の人がいて、加瀬達郎先生の指導を受けながら活動をしています。

陶芸の作品作りはとても時間がかかります。土を使って形を作り乾燥させ、素焼きを12時間、釉薬^{ゆうやく}を付けて焼く本焼きを24時間行います。土や釉薬、窯の中で作品を置く場所で作品の出来栄が変わるため、なかなかイメージ通りの作品はできません。どうすればイメージに近い作品ができるか考えていると、さらに創作意欲が湧いてきます。作品作りの難しさが楽しさでもあるのです。土を触っているときも、実際に自分が使うことを想像しながら大きさや形、



風合いなどを考えています。陶芸ではろくろを回して器などを作るだけでなく、板状の土を筒に巻いてコップを作ったり、棒状の土を重ねて器にしてみたりと、初心者でも簡単に作品を作ることができます。指先を使い集中して取り組むため、認知症の予防にもいいですよ。

作品は文化協会が開催する文化祭などでも展示しています。興味がある人や初心者も歓迎しています。ろくろなどの体験もできるので、土を触りに来てみませんか。



さまざま方法で作品作りに取り組む



おいしく食べよう
旭産 簡単・ヘルシーレシピ

VOL.103 蒸しナスのネギダレがけ

1人分の栄養価 エネルギー56kcal、塩分1.2g

ナスは夏から秋にかけて旬を迎える野菜です。目立って優れた栄養素は含まれていませんが、和・洋・中とどんな料理にも合い、がんの予防に有効とされるポリフェノールを多く含むことから、注目を浴びている食材の一つです。

作り方

- ①ナスは洗ってへたを取り、耐熱の皿に半量をのせて軽くラップをかけた後、4分～5分加熱する(残り半量も同様に行う)。
- ②長ネギはみじん切りに、ニンニクはすりおろし、**A**を合わせる。
- ③加熱したナスを手で食べやすい大きさに裂き、皿に盛り付け、②のタレをかける。

材料 (4人分)

ナス…………… 6本
長ネギ…………… 1/2本分(大さじ4)
ニンニク…………… 1/2片
しょうゆ… 大さじ1と1/2
A 酢…………… 大さじ1
砂糖…………… 小さじ2
ごま油…………… 小さじ2
豆板醬…………… 小さじ1/2



岡旭市保健推進員協議会(☎63-8766・健康管理課 予防班内)

データシート

火災

【7月】

平成30年の累計

建物火災 1件 (6件)
その他の火災 0件 (4件)

交通事故

【7月】

平成30年の累計

事故件数 195件(1,146件)
死亡者数 1人 (3人)

人のうごき

【7月の移動】

転入 112人 出生 33人
転出 126人 死亡 69人

【8月1日現在】

人 □ 65,997人 (▲50人)
男 32,497人 (▲27人)
女 33,500人 (▲23人)
世帯数 26,030世帯 (▲2世帯)