

7月下旬から8月上旬の活動報告

薬草講座の2回目は、7月24日(土)10:00～江汐公園管理棟で開催され、薬草クッキング～薬草&イノシシ麻婆豆腐～と題して、IMOTOクッキングアカデミーの井本和幸シェフによる、公開クッキングが行われました。メニューは蛇腹胡瓜甘酢陳皮風味、イノシシ麻婆豆腐、レモングラス風味サンラータン、薬草スギナ茶の4品です。冗談を交えながら50人前を鮮やかな手さばきで調理される様子が、手元を映し出す画面でしっかり確認できました。



素人には出せない奥深い味に、お代りする人が続出。油、片栗粉、香辛料を使うタイミングや量に秘訣がありそうでした。秋の調理実習が楽しみという声が多く聞かれました。

江汐公園の広報で紹介されていた落羽松らくうしょうを探しながら歩こうと題して、8月7日(土)ウォーキングが行われました。落羽松(別名 ヌマスギ)の旺盛な繁殖力、不思議な生態を自然観察指導員の 笹尾 克之さんから教わり、確認しながら歩きました。60～80代の6名が3Km、5000歩余りのウォーキングで、大粒の汗を流しました。

〈お知らせ〉 すげえちゃ・高泊 令和3年度会員数報告



コロナの影響で出だしが少々もたつきましたが、今年度は、ファミリー会員(4組)夫婦会員(8組)一般会員(75名)ジュニア会員(39名)で活動スタートです。後半10月からの入会だと、会費半額となります。ぜひ各活動を覗いて見て下さい。

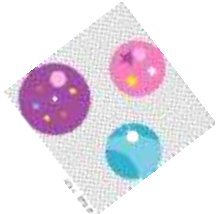
〈お知らせ〉 ウォーキング ～東沖緑地公園の木陰を歩こう～

- 日時・日程:9月4日(土) クラブハウス 10時集合 車に乗り合わせて移動 (車代100円)
 - 持参物:マスク、水筒、帽子等 **会員無料、非会員200円・小中学生100円**
- 当日の朝の体温測定報告



すげえちゃ・高泊 教室・サークル 紹介 (16)

ソフトバレーボール



世話人 **三宅 秀一**
木曜日 **19:30～21:30**
高泊小学校体育館

16～60歳の幅広い年齢層で40名程度の会員がおります。練習には毎回半数位が参加し、男女比は半々位です。



初心者が多く、1つのボールに皆が一喜一憂しながらプレーし、笑いの絶えないサークルです。一人で入会された方もおられます。興味をお持ちの方はお気軽に声をかけたり、見学に来たりして下さい。