



## 7月～8月の行事予定

7月	2日(日)	学習講座②ポッチャ体験会	9:30~11:30	永江公民館
	14日(金)	青雲大学⑤人権講座	13:30~15:00	永江公民館
	20日(木)	公民館でリモート運動体験	14:00~15:30	永江公民館
	25日(火)	夏休み こども料理教室	10:00~13:00	永江公民館
	27日(木)	出張!なんでも健康相談	9:30~11:30	永江公民館
	28日(金)	夏休み 卓球を楽しむ会	10:00~12:00	永江公民館
	29日(土)	大人と子どもの体験学習	9:30~11:00	永江運動公園
8月	1日(火)	夏休み 卓球を楽しむ会	10:00~12:00	永江公民館
	4日(金)	夏休み 卓球を楽しむ会	10:00~12:00	永江公民館
	5日(土)	ながえ祭	永江運動公園	
	8日(火)	夏休み 卓球を楽しむ会	10:00~12:00	永江公民館
	9日(水)	青雲大学⑥健康講座	13:30~15:00	永江公民館
	21日(月)	夏休み 絵画教室	13:30~16:00	永江公民館
	24日(木)	出張!なんでも健康相談	9:30~11:30	永江公民館
	24日(木)	公民館でリモート運動体験	14:00~15:30	永江公民館

⑤人権講座  
「家のお手伝い、介護、今と昔」  
～ヤングケアラー相談窓口から見たこと～

日 時：7月14日(金)  
13:30~15:00  
場 所：永江公民館 2階集会室  
講 師：看護師・ケアマネージャー  
K.N.C ナチュラルケア・ソリューション合同会社  
代表 神戸 貴子 氏  
＜永江地区人権啓発推進協議会共催＞

⑥健康講座  
「こころの健康」  
ストレス、眠りについて

日 時：8月9日(水)  
13:30~15:00  
場 所：永江公民館 2階集会室  
講 師：かたやま心の健康クリニック  
院長 片山 郁子 氏



## 夏休み!子どもサマースクール!

永江公民館  
夏休みイベント!

### 卓球を楽しむ会

地域の方が、卓球を教えてください!  
ぜひ、参加してください!

日 時 7月28日(金)  
8月1日(火)・4日(金)・8日(火)  
時 間 毎回 10:00~12:00  
場 所 永江公民館 2階 集会室  
持ち物 上靴、水筒  
※ラケット・ピンポン玉は公民館にあります。  
指 導 卓球同好会

<申し込みはいりません>

### 絵画教室

日 時 8月21日(月)  
13:30~16:00  
場 所 永江公民館 1階 学習室  
対 象 小学1年生から6年生  
定 員 15名(先着)  
持ち物 絵をかく道具・水筒  
(画用紙は公民館で用意します)  
参加費 50円  
指 導 いわたさいこ先生・赤本和夫先生  
申込先 永江公民館 Tel 26-4747  
締切日 8月14日(月)

### こども料理教室

・日 時 7月25日(火) 10:00~13:00  
・場 所 永江公民館 1階 講習室  
・対 象 小学生以上  
※小学校1年生、2年生は保護者と参加してください。  
・持ち物 エプロン、三角巾  
・参加費 300円  
・定 員 20名(先着)  
・主 催 食生活改善推進委員会  
・申込先 永江公民館 (Tel 26-4747)  
締切日 7月20日(木)

### 第6回大人と子どもの体験学習

★日 時：7月29日(土)  
9:30~11:00(雨天中止)  
★場 所：永江運動公園  
★参加費：無料  
★持ち物：熱中症予防の帽子・タオル・水筒  
★申込み：7月21日(金)までに  
永江公民館 (Tel 26-4747) へ

### 子どもミニフレイパーク

・子どもがいな万灯の体験コーナー  
・グラウンド・ゴルフ ホールインワン体験コーナー  
・輪投げコーナー  
・まと当てコーナー  
・その他ポップコーンもあります。

※詳細は小学校から配布されるチラシを見て下さい。

【永江地区青少年育成会・子ども会連合会・サポート永江・永江地区社会福祉協議会・永江公民館】

## ちょっしながえ

ニンニク

館長 須山 耕市

最近、ふと不思議に思うことがあります。人の呼気にニンニク臭を感じないのです。今や、料理に欠かせないニンニクですから誰もが口にしているはずですが、不思議です。

私が若い頃の朝の挨拶、「オハヨウ、オマエ、クサイゾ、ユウベナニクッタ」「イヤ、ユウベハ、ギョウザラタバタモンテ、スミマセン」なんて、謝ったりする時代、接客業の人や女性はあまり口にできなかったのがニンニクです。

食べられていたのは古くからで、エジプトのピラミッドの建造に携わる人達の間では食されていたようです。疲労回復や健康維持に効果があったのでしょう。匂いのきついものや刺激のあるものは薬用として古くから使われていました。ニンニクもその一つで、厳しい肉体労働をする人たちに与えられていたのでしょう。

平安時代に中国を経て日本に伝わっていますが、一般には普及していません。江戸時代になってから魚や狸、猪、鹿などの肉料理の匂い消しに使っていました。

一般化したのは、戦後になって食の西洋化が進んでからの事です。60年くらい前は、日本人にはあまり馴染みのない特別な物だった気がします。

滋養強壮、精が付くというので、体育系では口にしました。料理に使うというより、醤油に漬けたり、味噌に漬けたりする程度で、生同然の物を食べていました。

ラグビーの試合では、相手が食べてくるから、迎え撃つこちらもということ、バリバリ食べる。試合開始、スクラムを組めば顔どころか頬は密着、息はハアハア、汗で湯気が立ち上がり、その臭いこと、私はスクラムにボールを入れるポジションで、その傍に居ても「イヤ、臭かった」こと。

今や普通の食材となりました。ニンニク臭に慣れたのか、それとも体内に、ニンニク臭を消し去る機能が備わったのか?どちらとも思われます。