



# さえずり

「暑さ寒さも彼岸まで」と昔から言いますね。今月も末になるとすっかり秋の気配なのではないでしょうか？気温の変動が激しい時期ですので薄手の上着などをバックに忍ばせておくといいかもかもしれませんね。

## 要注意!!

先日、ある会員さんが作業中に脚立から落ちて怪我をするという事故がありました。作業の際は十分注意をして会員さん同士で指摘しあうことも重要です。

### お知らせ①

**10月15日(土)は『シルバーの日』です。**  
詳細は10月号でお知らせします。

### お知らせ②

**互助会旅行参加者には別紙資料があります。**

### 刃物研ぎ

9月14日(水)事務所前・9月28日(水)二宮コミュニティセンター  
価格例 菜切包丁 330円 草刈り鎌 220円

### 9月の行事予定

9月7日(水)9時30分～新規入会者説明会 於：総合福祉保健センターホールラウンジ室

9月21日(水)14時～ 理事会 於：総合福祉保健センターホールラウンジ室

15時30分～連絡員会議 於：総合福祉保健センターホールラウンジ室

9月22日(木)14時～ 福祉家事援助事業推進委員会

於：総合福祉保健センター心配ごと相談室

※行事・会議などで局長・次長が不在の場合もありますので確認のうえお越しください。

### 新理事さん紹介

去る5月31日の定期総会において承認された新役員さんを順次紹介させていただきます。

大内地区 椎貝 生

会員の皆様いつもお世話になります。

私はセンターに入会してちょうど10年になります。仲間と協力しながら作業することが若さの秘訣だと自負しております。今後ともよろしくお願ひします。

二宮地区 門前 正彦

シルバーの会員になって良かったと言われるようなセンター作りを皆様の御協力、ご指導により一層の向上をめざし頑張りますので、よろしくお願ひ致します。



中村地区 渡邊 巨廣

公益法人移行に伴う書類作成及びワークシェアリングの推進による就業率のアップに努力します。



二宮地区 長滝 君代

高齢化の時代、多少でもお役にたつ仕事ができるように頑張っていきたいと思
います。
会員の皆様の御指導、御
協力をよろしくお願いいた
します。



大内地区 手塚 注

入会4年、会員皆様と共
にセンター発展のため微力
ですが頑張りたいと思いま
すのでよろしくお願いいた
します。



真岡地区 笹原 耕悦

毎日のお仕事ご苦労様で
す。この度安全適正就業委
員長に就任致しました。安
全第一で、楽しく明るい職
場作りに努力して参ります
のでよろしくお願いします。



中村地区 大塚 武男

会員と事務局一致団結し
センターの発展のため微力
ですが頑張ります。皆様の
ご指導とご協力を賜ります
ようお願い申し上げます。

二宮地区 池葉 静夫

皆様の御協力のもと、会
員の一人として頑張っ
てまいります。よろしく
お願いします。



地名 鳥取県
位置 中国地方 山陰
名所 鳥取砂丘、三朝温泉
鬼太郎ロード、いなばの白ウギ
名物 松葉ガニ、二十世紀梨
県出身著名人 司 葉子
沢田 研二、小野やすし



教えて♡

ふるさと自慢

鳥取県八頭郡佐治村大字高山——ここが私の生家だ。
静かな山あいの里で兄貴が三代目として二十世紀梨を
作っている。鳥取駅から40分で有名な鳥取砂丘が有り
雄大なパノラマが広がり数多くの観光客が訪れている。

歩くと足首まで埋まり歩行が困難なので観光用のラクダに乗ると楽(う)だ。温泉は昭
和天皇も入浴された『三朝温泉』が良い。ジウム温泉でリュウマチ、腰痛全てに効いて
シルバー向きだ。11月は松葉ガニの旬で地酒『陽気正宗』の辛口が合い至福の味が味
わえる。二十世紀梨は9月頃の出荷で甘くて瑞々しい。「佐治」のラベルのついたものを
賞味していただきたい。最近では水木しげるの「ゲゲゲの鬼太郎ロード」なるものも人気
を博している。ぜひ一度山陰の旅をされてはいかがでしょうか。

真岡地区 小谷 洋治郎

かぼちゃのピリ辛煮

材 料 (4人分)

かぼちゃ	300g	
豚薄切り肉	100g	
しょうゆ、酒	各小さじ1	
ねぎ	5cm	
生姜(薄切り)	10g	
赤唐辛子(半分に切り種を取る)		
酒	大さじ1	}
水	100ml	
しょうゆ	大さじ1	A
砂糖	大さじ1	
みりん	大さじ1	
サラダ油	大さじ1 1/2	

先日、『シニアのための料理教室』を受講された
浅野理事長さんから情報をいただきました。



編集後記

毎月のご愛読ありが
とうございます。少し
でも会員さんに様々な
情報が届けられるよう
に工夫していきたいと
考えています。よりよ
い『さえずり』にする
ために会員さんのご意
見お待ちしております。

作り方
①かぼちゃのワタとタネを取りひ
と口大に切る。
②豚肉は長さ3cmに切り、しょう
ゆと酒(各小さじ1)で下味をつ
けておく。
③鍋にサラダ油を入れて中火にか
け、ねぎ、しょうが、赤唐辛子を
炒める。
④③に豚肉とかぼちゃを入れて炒
めAを加えふたをしてかぼちゃが
やわらかくなるまで煮含める。