



月ヶ瀬公民館だより

公益財団法人奈良市生涯学習財団
月ヶ瀬公民館
奈良市月ヶ瀬尾山 2815
電話・FAX:0743-92-0346
発行人:館長 藤田美佳

処暑

先日テレビ番組で、江戸時代から続く浅草の老舗のお茶屋さんが、静岡の抹茶を使って、7段階の濃さのジェラート(アイスクリーム)を発売しており、「世界一濃い抹茶ジェラート」として人気を博していることを報道していました。抹茶ブームといわれて久しいですが、こうした濃さの異なりに特化した製品化の工夫が興味深いと感じました。

7月下旬に当館では、「プチ田舎暮らし・月ヶ瀬-月ヶ瀬茶-」で冷茶の煎れ方講座をしました。水で抽出することで渋みを抑え、旨味を最大限に引き出すことができることや、緑茶の効能について改めて理解を深める機会になりました。学んだことを活かして、日々、月ヶ瀬茶をいただいています。そして、今年の異常な暑さ対策として、ほぼ毎日のように自宅でかき氷を食べています。三重の低温殺菌牛乳を凍らせて削り、昨年の栗の渋皮煮の蜜に、炊いた小豆と月ヶ瀬の粉末茶や抹茶をふりかけて、即席の宇治金時氷にしています。酷暑が続く、冷菓を味わえる月ヶ瀬の甘味処があったらいいなと空想しつつ、試行錯誤しています(こだわっているのは、できるだけ地元や近隣で採れたものを用いることです)。月ヶ瀬女性学級で教わった月ヶ瀬茶のベルギーワッフルは、まとめてつくって冷凍しておき、温め直してアイスクリームを添えて食しています。一方塩分は、これまたプチ田舎暮らしの講座で扱った塩麴と梅干しで補給しています。今年は初めて、数年経過した梅干しを活用して、干し梅づくりもしてみました。あと少して、実りの秋がやってきます。異常気象が続く中でも自然の恵みがもたらされることに感謝しつつ、食養生の毎日です(言い方を換えると、単なる「食いしん坊」ですね)。

なお、後期の「プチ田舎暮らし・月ヶ瀬」は、奈良晒・しめ縄・紅花染を予定しています。お楽しみに!

こんな講座がありました!



季節の彩り寄せ植え 7/18

グリーンアドバイザー西森美穂さんの指導による夏の寄せ植えです。



プチ田舎暮らし・月ヶ瀬 烏梅 7/25

梅古庵の中西謙介さんによる烏梅の歴史や用途、効能などの解説を聞き、その後、烏梅を使った酸梅湯を試飲しました。



プチ田舎暮らし・月ヶ瀬 月ヶ瀬茶 7/29

小西園の小西誠さんに、夏に味わう冷茶の煎れ方を学びました。また様々な茶葉による味わいの異なりを試飲で体験しました。



親子でダンス・ダンス・ダンス! 8/8

奈良市家庭教育サポートネットワーク支援事業として、BE. DANCE STUDIOの藤川寿夫さんの指導でHIP HOP ダンスを体験しました。3歳から70代の参加者が共に踊り、交流しました。ダンスの後は、かき氷を食べながら楽しく語りました。



□■□ 今後の講座の予定 □■□

梅の里学級 9月9日(水)午後1時30分～3時 奈良市健康出前講座「太りすぎない、ヤセすぎない食べ方～正しい食の話(栄養編)」前半は、管理栄養士による講話です。後半は、奈良市運動推進員が講師を務め、健康体操を行います。夏の疲れが出てきやすい時期の食事法と、体調を整えるための軽体操です。動きやすい服装で、水分補給のための飲料をご持参ください。月ヶ瀬地区在住の65歳以上の方はどなたでも参加できます。

月ヶ瀬女性学級 9月12日(土)午前9時30分～11時30分「和漢方とハーブティでセルフケア」季節に合わせたハーブの活用について学び、ハーブティを味わいながら交流します。参加費300円(当日徴収します。)5日(土)までに参加申し込みをお願いします。

茶芽っ子クラブ 9月30日(水)午後2時45分～3時45分 紙芝居作家による奈良の民話の紙芝居を鑑賞します。学校から参加する場合は、学校と公民館にお知らせください。

月ヶ瀬文化祭 展示:令和8年10月31日(土)～11月7日(土)／

バザー・舞台発表:令和8年11月1日(日) 第2回実行委員会は8月25日(火)午後7時30分～開催します。

夜の図書室 8/7～読むを語る・読むとつながる～

今月のテーマは、「果物の本」です。絵本や小説、植物図鑑的な歴史書などがありました。梶井基次郎『檸檬』は複数の人が挙げ、それぞれ異なる形態の本(文庫、絵本)であったことが興味深かったです。



移動図書館

今回は9月18日

10/16, 11/20, 12/18, 1/15, 2/12, 3/19

金曜日 午後2時50分～3時30分

【移動図書館の利用について】

- ★1か月、1人10冊まで借りられます。
- ★市立図書館蔵書のリクエストもできます。
- ★大型紙芝居を依頼することもできます。
- ★インターネットで予約して移動図書館で受け取れます。

奈良市生涯学習財団

<https://manabunara.jp/>

公民館だよりバックナンバー

施設紹介→

月ヶ瀬公民館→

公民館だより



図書室だより



夜の図書室～読むを語る・読むとつながる～

会場: ONOONO オノオノ

※奇数月はオノオノ、偶数月は公民館で開催します。

日時: 9月4日(金) 午後7時～8時30分

月に1度金曜の夜に、本好きが集い、ゆったり、のんびり語り合う会です。テーマは参加者で話し合って決めています。次回のテーマは作家「東野圭吾」です。紹介したいもの、映画やドラマで見て気になっているものなど、あなたの1冊をご持参ください。※当日の開催時間前に、公民館図書室で蔵書を借りることができます。

月ヶ瀬俳句会【六月】

夕立や峠越ゆれば傘閉ぢる	和代
自己流のベッド体操明け易し	すま
迂闊にも眠つてしまつた夏座敷	旅人
風鈴の音絶えてより止む我慢	新哉
遠花火ぱつと開いて音は後	定代
雨後の畑お化け胡瓜がぬつと出る	知里
炎天の鳥に譲りし深庇	節子
夕焼けて回覧板は垣越しに	かつ野
兜虫児に持ち帰る庭師かな	豊美
かき氷心のシャッター全開に	ふみ子
蝉の声聞いてスイツチ強く押す	臣生
ひまはりの黄色いや増す日暮れ空	朋子
錦鯉裾ひるがへりたじろがず	白鯨
富士登山したと名無しの子の葉書	由姫子
初体験新茶の香る袋詰め	利明
マイナスを掻き消す鼓動夏銀河	卓
日焼けせし娘らの降りくる海外便	ますみ