

— 淡路の情報いっぱい！生活創造しんぶん —

月刊

# ポケットあわじ

2月

## 小さい豆の大きなパワー

VOL.247

もくじ

P1 ぜんざい・黒米おはぎ P2・豆腐・大豆・手前みそ P3・ちょぼ汁・豆大福 P4・厳島神社の節分祭・豆アート P5・四川麻婆豆腐・純豆腐チゲ P6・淡路文化会館・淡路県民局・淡路くにうみ協会からのお知らせ P7.8 淡路の文化活動・イベント情報



ミレット マルシェ ソラ、TV マツコの知らない世界で2020年「おはぎの世界」で紹介された、黒米を使ったおはぎのお店で有名です。雑穀エキスパートの御主人木下博允さんと奥さん、娘さん、お嫁さんの4人で営む、雑穀を使ったヘルシーなお料理やお菓子が食べられるお店です。

応援隊のおススメは、おぜんざいです。たっぷりなお椀にたくさんの小豆、香ばしいキビの入ったお餅が二つ。甘すぎず、小豆の味がしっかりと感じられます。お餅にキビが入ると、お餅の味はしっかりしているのに、口の中でほろほろととけていきます。初めての食感です。これは凄く感激しました。お年寄りがお餅を食べるとき、本人も家族も喉に詰まらせないかと心配でしたが、このお餅なら安心です。お餅好きの高齢者にぜひぜひ食べていただきたいです。

大豆からできたきな粉がたっぷり

わくわくする七福おはぎもおすすめ。(要予約)

### 黒米おはぎ

たっぷりの小豆とキビ餅

## ぜんざい

のどに詰まらない優しいお味のぜんざいです。

雑穀ブレンドには青大豆が入っています。

ミレットマルシェ

## ソラ



南あわじ市 覆判小覆判183  
岡田マンション103  
TEL 0799-38-4014  
定休日 月曜日  
ランチ 11:30~17:00  
ディナー 17:00~22:00(予約制)



雑穀エキスパート 店主 木下 博允さん

ソラのおはぎは黒米、赤米、緑米で作られていて、小豆餡は洲本産、きな粉は黒大豆、安全安心で近くで採れた物を使っているそうです。

種類も豊富で、おはぎの莓大福、ほうじ茶おはぎ、きなこおはぎ、赤米おはぎ、黒米おはぎ、芋おはぎ、抹茶おはぎ、ごまおはぎ、ダイエット中の方でも罪悪感がなくなるミニサイズも新登場。七種類のおはぎが入った七福おはぎのお持ち帰りは電話で予約すると待たずに買えるそうですよ。

(応援隊：坂本厚子、村上紀代美、川原雅代)

「鬼は外、福は内!」二月の豆まきには欠かせない大豆。栄養価も高く保存もでき、そして様々な食品に姿を変えている大豆。煮豆、きな粉、納豆、味噌や醤油。さらに枝豆やもやしも大豆です。そして大豆といえば豆腐と言ってもいいほど、利用度の高い豆腐を取材しました。



子や孫に安心して食べさせられる物を作っています。

安田 益大さん

# 自然の素材のうまみの豆腐



## 安田豆腐店

南あわじ市北阿万伊賀野1465-2 TEL 0799-55-1434



厳選された大豆で作られています。

どこか懐かしい昭和の風情の残るお豆腐屋さん。創業からもう60年は越える二代目「安田豆腐店」さんです。仕事は朝早くから始まり6時半には仕込み作業を終えるという豆腐屋さんは、南あわじ市北阿万にあります。安田益大さん(68才)礼子さん夫婦と、娘の彩さんの三人で作業をします。店内には大豆を粉砕する機械、煮る機械、おからと豆乳を分ける機械、にがりを入れる機械やできた豆腐をパック詰めする機械、そしてできたての豆腐を浮かべる水槽などが並びます。午後の取材をしたこの時間は油揚げを作っている最中。菜種油をくぐって次々油揚げができあがります。一枚一枚キズや汚れがないか丁寧に点検され、できあがっていきます。香ばしい菜種油のにおいが店中に広がっています。一日にどれくらいの豆腐ができるのか聞きましたが、毎日

の生産量はさまざま。気温や天候によってラインナップが異なるそうです。主な製品は豆腐(伊賀野とうふ)、焼豆腐、あつ揚げ、油揚げ、そしてがんも。それらは地元のスーパーにも並びますが、主にはホテルや料理旅館などに卸されるそう。

「体に悪い物は提供できない。子や孫にも安心して食べさせられる物を。」というコンセプトで、何年も試行錯誤を重ねた結果使用するの、無農薬のカナダ産大豆と、国産大豆。室戸の海洋深層水にがりと高知のにがり、水は「活性水」、そして油揚げの油は菜種油。「いらぬ物はいれない。自然のうまみを引き出すのがオレの仕事」と、語る職人の豆腐屋さんでした。

(応援隊: 村上紀代美、坂本厚子、川原雅代)

安田豆腐店の商品は、マルナカ市店、志知店、熊橋商店(南あわじ市湊)で買えます。安田豆腐店の豆乳ソフトクリームは広田酵素風呂でいただけます。

大豆を煎って節分豆

蒸した大豆にナットウ菌を加えて発酵させると納豆

米か麦にコウジを混ぜ、煮てつぶした大豆に加えて混ぜると味噌

大豆を煎って粉にしたら「きなこ」

大豆と小麦と塩にコウジ菌を加え発酵・熱成させ出てくる醤油

大豆からできた豆乳ににがりを加えて固めると豆腐

大豆と小麦と塩にコウジ菌を加え発酵・熱成させ出てくる醤油

ダイズのたねを日光に当てず育てると「もやし」

水につけて柔らかくして煮ると煮豆

まだ柔らかいうちに収穫して、さやごとゆでたら枝豆。

さきで! **ダイスパワー**

畑の肉「大豆」

姿を変えて大活躍 **大豆**

女性の味方 **大豆イソフラボン**

### 「手前みそ」作ってみました☆

**大豆**

**塩麹**

昔は各家庭で作られていたお味噌。私も作ってみました。使った大豆は、北海道産の「とよまさり」でした。2キ口のお味噌を作るのに、大豆0.5キ口、こうじ0.5キ口、食塩200gを使いました。自分で作った「手前みそ」は、添加物もないので安心して食べられます。皆さんも挑戦してみませんか。(応援隊: 田村ひろ子)

### 水着に大豆袋をつけて海水浴に行きました。

海水浴のおやつとして大豆袋を水着につけてみました。海水で大豆はふやけて、ほどよい塩味と柔らかさ。海水浴後の大豆美味しかった～

産後のママやお年寄りに喜ばれる  
淡路島の伝統的な郷土料理「ちょぼ汁」



だんご→  
ささげ豆→  
ずいき→

ちょぼ汁

パツと見るとお汁粉に似ているようですが、甘くなく、何とも言えない不思議な味で、子どものころは「おいしいね」とは言えませんでした。ご近所や親戚が、子どもが生まれるとどの家も配り合う習慣がありました。だんだん歳を重ねると、祖母や母からお産の後は必ずちょぼ汁をつくり、特に具の「ささげ豆」と「もち粉の団子」は栄養価が高く、ズイキは古い血を出して、血液をきれいにする働きがあると教えられました。また、「産後の母乳の出を良くするためにも母親に食べさせる」と、母が出産後のお嫁さんや娘の体力回復のために作る習慣があったそうです。お鍋にたくさん作り、出産のお祝いに集まった親戚やご近所、知人に配る習慣も生まれたようです。

また、ちょぼ汁の名前の由来は、子どもが可愛いおちょぼ口になるようにとの願いからついたとされています。お汁の中の団子は男の子が生まれると、円の一方の先をとがらせる。女の子が生まれると、真ん中をへこませるか、まん丸にするか、そして子どもの健やかな成長を家族、親戚、ご近所さんで願ったそうです。

江戸時代から続いているちょぼ汁の火を消さないで、淡路島から全国へ元気な子どもたちがもともと生まれ育って、元気いっぱい素晴らしい日本になるように、この伝統を大切にしていきたいと、また来年も「ささげ豆」の栽培を続けようと家族で話し合っています。

(応援隊：廣岡 ひろ子)

豆大福

ふわふわの餅生地の中に  
自家製のあんこと黒豆



レトロ小道  
まめはる  
豆大福専門の和菓子屋

ふわもちっ豆大福  
open 10時~売り切れじまい



花見団子  
(三月限定)



おはぎ  
(彼岸限定)



洲本市本町5-4-13 TEL 0799-22-1808 【定休日】水曜日(祝日は営業)

【営業時間】10:00~売り切れじまい ※取り置き、予約など受付



「こんな大福もち初めて～」と思わせてくれるのは、洲本レトロこみちにある豆大福専門の和菓子屋「まめはる」さん。ふわふわの餅生地の中には、自家製餡と大きな黒豆が入った「まめはる」オリジナルの黒豆大福。餡もこしあん・つぶあん・ほうじ茶あん・きなこあんの4種類があり、それぞれのバリエーションを楽しむことができます。

「まめはる」がオープンしたのは2016年11月。店主の榎本晴美さん一人で製造から販売を担っています。材料は全国各地から厳選したものを取り寄せ、機械を使わず

すべて手作業。特に和菓子の命と言われる餡作りには丸一日をかけ、手間を惜しまず丁寧に作っているのだといえます。「1個1個は小さいものですが、大事に大事に作っています。」と晴美さん。

口の中に入れた豆大福から豆の香りや味が広がり、甘みをおさえたやさしい味に職人魂と技が伝わってきます。豆大福以外にも可愛い球状のつぶあんもなかもあり、3月には花見団子やお彼岸限定おはぎが店頭に並ぶそうですよ。

(応援隊：瀬戸 由美子)

巖島神社（通称 弁天さん）は洲本市の中心部にあり、女性の神様「市杵島姫命（いちきしまひめのみこと）」をお祀りしています。海の航海・積み荷の安全を守り、地域の繁栄、また安産の神様として親しまれています。また秋の例大祭である「弁天祭」は11月21日から3日間行われ、例年たくさんの参拝客でにぎわいます。



毎年2月3日に全国の各地で行われる心の邪気や疫病、天災等を退散し、福を呼び込む節分ですが、今回は洲本市の巖島神社で行われる「節分祭」を紹介いたします。巖島神社宮司の浦上雅文さんにお話を伺いました。

この節分祭は、季節の分れ目で新しい春を迎えるにあたり、悪いものを除くということで厄年の男女の厄をお祓いして、還暦を祝う星祭りのご祈禱が行われます。また境内では正月のお飾りや古いお札、お守りなどを神火に納めるお炊き上げの神事「どんど焼き」も行われます。このどんど焼きは、お昼の12時から夜の8時ごろまで行われます。

浦上宮司は「ぜひともこの節分祭りにはお飾りや古いお札などをお持ちいただきたいと思います。また女性の神様ですので、多くの女性の方のお参りをお待ちしています」と話されていました。

コロナ禍前までは「福豆まき」や「福餅まき」が行われていましたが、取材時は未定で状況をみてから決めるとのことです。

（応援隊：田畑 吉久）



心の邪気や疫病、天災等を退散し、福を呼び込む節分  
**巖島神社の節分祭**

2月3日 どんど焼き 12:00~20:00

巖島神社 洲本市本町4丁目1-27 TEL 0799-22-0049



淡路島弁財天巖島神社  
**浦上 雅文宮司**



2022年9/10~11/6あわじグリーン館では、日本の秋の収穫祭のひとつ「豆名月」とも呼ばれる十三夜のイベントにちなみ、インドの伝統的な柄をモチーフに、8種類の「豆」で制作した淡路島の形のプーカラムが飾られました。インド・オナムとは雨季が終わり、収穫祭を迎えるにあたり、その年の豊作を祝うインドケララ州を起源とするお祭りです。この時期になると、オナムプーカラムと呼ばれる円形の装飾(又はフラワーカーペット)が街のあちこちで作られます。通常は、花びらを使って作られますが、収穫祭にちなんで野菜で作られたプーカラムも見られます。グリーン館では8種類の豆の作品でした。

- ① 秋粒大豆は縄文時代から栽培されている歴史の古い豆で「畑の肉」と。
- ② 青大豆は種皮が緑色かった大豆、枝豆のように新鮮な香り。
- ③ 青肌豆は種皮の色が緑色のままで東北地方ではだし汁を染み込ませた「ひたし豆」が有名です。
- ④ 黒豆は種皮が黒く黒色にはポリフェノールの「アントシアニン」が含まれていておせち料理の「黒豆」です。
- ⑤ 紅大豆は種皮赤茶色が特徴の大豆です。山形県置賜地方の川西町内において煮豆用として少量生産されているもので在来種保存品種です。
- ⑥ 高原花豆はインゲンマメ属でペリバナインゲンとも呼ばれ、花豆は豆類の中でも最も大きく3cmを超えます。
- ⑦ 白花豆はインゲンマメ属ペリバナインゲンの一種で白い花を咲かせる事から「白色隠元」とも呼ばれ高級和菓子の白あんの原料に使用。
- ⑧ 南蛮赤小豆は小豆に似た赤く固い木の実。自然界では珍しい深紅が美しく、乾燥させてネックレスや、幸せをよぶ魔除け、として、又恋愛成就に効くと言われてしています。

**☆8種類の豆で作られた淡路島☆** あわじグリーン館



~ 豆アート ~

今年もあわじグリーン館では日本の秋の収穫祭をする予定ですので、皆さんの目で確かめ下さいね。まるで絵のようでした。

（応援隊：岡 まさよ）

# 医食同源

豆腐は、いつからあるのか？1000年くらい前、中国で宋の時代に書かれた本に、豆腐という言葉が出てくる。…その少し前の唐の時代に発明されたと考えられている。それから日本に豆腐が渡ってきて、今は様々な料理になっています。湯どうふもよし、厚揚げもよし。そのなかでも麻婆豆腐は世界三大料理の一つの中華料理の超定番メニューです。



シセンマーボードウフ

## 四川麻婆豆腐



黒豆を発酵したトウチー(黒い豆板醤)で味付けをしています。



豆板醤の原料は、そら豆

中華バル  
**ゲン源**

洲本市塩屋1-2-15 TEL 090-6077-0303 不定休

この美味しい麻婆豆腐を提供している中華料理のお店を紹介しします。洲本橋から塩屋筋を通り、イオン洲本店の西側にある中華バル「源」です。中国語の医食同源から店名の「源」を店主の沖野陽一さんがつけたそうです。この四川麻婆豆腐は、黒豆を発酵したトウチー(黒い豆板醤)で味付けをしています。大豆の豆腐料理に、黒豆の調味料…なんて豆尽くし料理の花形です。

店主の沖野陽一さんは大阪から淡路島へ移住して、2019年10月に中華バルを開店しました。中華料理一筋です。中華の調味料は豆製品が多い事もご存知で、豆板醤の原材料はそら豆で、味見もさせて頂きました。ランチタイムは、お一人様でもカウンターで麻婆豆腐を注文出来ますよ。(応援隊：田村ひろ子)



スンドゥブチゲ  
海鮮**純豆腐千ゲ**



淡路島キムチ

韓国グルメ スンドゥブチゲであつたまろ〜



寒い冬はあったかいスンドゥブが恋しくなります。2022年1月にオープンした「淡路島キムチ」さんでは、本格的な韓国グルメが気軽に味わえます。韓国の味とともに育ったと言う鶴橋から来たお兄さん達が作るキムチは、辛すぎず本当にいいお味。

そして、このスンドゥブ！びっくりするほど美味しいんです。ぐつぐつと煮立った真っ赤なスープに白いお豆腐。地元のお海鮮の旨味とベースになっている淡路和牛のスープが絶妙にマッチしていて、ホンマにええお味♪アツアツお豆腐をはふはふ言いながら食べていると、カラダの芯から温まってきます。スープは真っ赤なんです、辛すぎないので最後の一滴まで飲みきれます。残り少なくなってきたスープを、ごはん絡めて食べるのもおすすめです。店内も食器も音楽も韓国テイスト。韓国好きのみなさん、美味しいスンドゥブを求めて聖地「鶴橋」まで行かなくても、洲本の中心であつあつの韓国グルメが味わえますよ。

(応援隊：川原 雅代)



店長の岡村さん



超絶美味しいキムチです。

応援隊のおススメは、山芋キムチとカクテキ

洲本市本町2-3-2 TEL 0799-20-5605 定休日：火曜



### 淡路文化会館からのお知らせ

60歳から始める大学  
淡路文化会館  
**いざなぎ学園**



**受講生募集**

募集期間  
令和5年1月18日(水)~4月7日(金)

申込方法  
詳しい申し込み方法は、下記までお問い合わせください。  
また、「淡路文化会館」のホームページからも申し込みできます。  
いざなぎ学園の詳細の様子はホームページ内の「学園だより」でご覧いただけます。

淡路文化会館「いざなぎ学園」地域公開講座

NHKテレビ講師の**はたさん**による  
**家庭園芸から自給自足まで**  
~園芸で心豊かにならなさい~  
暮らしの中に園芸があると、心が豊かになることをお伝えします。

講師 庭暮らし研究所代表 ガーニング研究家  
**畑 明宏 氏**

・ポット苗づくり体験をします  
お持ち帰りいただけます。

日時 **3月4日(土) 14:00~16:20**  
場所 県立淡路文化会館 講堂  
対象 どなたでもご参加いただけます

主催:(公財)兵庫県生きがい創造協会 淡路文化会館

**【兵庫県からのお知らせ】** この面に掲載の高齢者大学については、県の方針により、いっそうの講座の充実とより学びやすい講座とするため、令和6年度より運営事業者の選定を公募方式とし、学習期間や講座内容を変更する方向で現在検討中です。詳細は決まり次第お知らせします。  
お問合せ先：078 362 3894 兵庫県県民生活課

### 兵庫県淡路県民局からのお知らせ

#### サポート詐欺にご注意ください！

パソコンに突然現れる「ウイルス感染」や警告アラート音をきっかけに電話を掛け、有償サポートに誘導され、言われるまま「代金をだまし取られてしまった」という相談が増えていりますのでご注意ください。

#### 【相談事例】

インターネットを利用中、「あなたのパソコンは危険にさらされている!」といった警告表示が出たので、画面にあった番号に電話をかけると、遠隔操作され、高額なサポート費用を請求された。

#### 【アドバイス】

●パソコン操作中、突然現れる警告表示は消費者の不安をあおりソフトを購入させる事が目的です。まず、消すには画面を閉じるか、パソコンを再起動しましょう。

●電話番号付きの警告は偽警告と考えましょう。

●不安な時は、パソコンに詳しい人や販売店、(独)情報処理推進機構(IPA)などの関係機関に相談するようにしてください。よくわからない場合は、お住まいの消費生活センターに相談してください。



### (一財)淡路島くにうみ協会からのお知らせ

#### ☆第14回永田青嵐顕彰全国俳句大会

#### 表彰式・特別講演会(第5回くにうみ講座)

入賞作品の発表と表彰式のほか、俳人の三村純也氏による特別講演会を行います。

■日時 2月12日(日)13時30分~16時00分

■場所 洲本市文化体育館 文化ホール

■演題 「季節あれこれ」

■講師 三村 純也(俳人、「山茶花」主宰)

■定員 300名(無料)※事前申込が必要です。

■募集〆切 2月6日(月)

#### ☆令和5年度

#### 地域活性化助成金(第1期) 申請団体募集

淡路島の地域活性化を図ることを目的とした、まちおこし、地域交流、文化・芸術又は「国生みの島」(国生み神話、御食国、日本遺産等)をテーマとした事業を実施しようとする団体に20万円を限度に助成します。

※申請書は当協会ホームページよりダウンロード可

■申請期限 2月28日(火)必着(持参に限る)

※事前に持参日時をご連絡ください。

※書類不備の場合、受理できないため早めにご提出ください。

兵庫県淡路県民局交流渦潮室  
県民・商工労政課(消費生活センター)  
☎0799-26-3360 FAX0799-24-6934  
(土日祝日・年末年始は除く)



申込・問合わせ先：(一財)淡路島くにうみ協会  
電話：0799-24-2001 FAX：0799-25-2521  
Eメール：awajishima@kuniyumi.or.jp  
URL：https://www.kuniyumi.or.jp



**ご注意**

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各イベント開催予定が変更されることもありますので、お出かけ前には、主催者にお問い合わせをされますようお願いいたします。

**◆洲本市文化体育館**

所 〒656-0021 洲本市塩屋1-1-17  
 ☎0799-25-3321 ㊟0799-25-3325  
 休 火曜日(祝日の場合は翌水曜日休館)

**交通安全ポスター入賞作品展**

兵庫県交通安全協会主催の「令和4年度児童・生徒の交通安全ポスター」入選作品全点50点の展示

㊟1月25日(水)～2月6日(月)

㊟エントランス

㊟無料

問 洲本交通安全協会

☎0799-22-1578

**洲本市老人クラブ連合会  
第29回ふれあい作品展**

洲本市老人クラブ連合会会員による作品展展示会

㊟2月1日(水) 14:00～2月3日(金) 15:00

㊟会議室1A

㊟無料

問 洲本市老人クラブ連合会

☎0799-24-5877

**第22回「農」絵画コンクール**

「農」絵画コンクールは、自然とのふれあいを通じて、農業の大切さを実感してもらうことを目的としています。

㊟2月15日(水) 10:00～2月26日(日) 16:00

㊟エントランス

㊟無料

問 NOSAIひょうご 洲本淡路事務所

☎0799-28-1653



**◆淡路市立しづかホール**

所 〒656-2132淡路市志筑新島5-4  
 ☎ 0799-62-2001 ㊟0799-62-6465  
 Mail : info@shizukahall.com  
 休 火曜日

**神楽道-神楽健康教室-**

初めの方でも大歓迎！柔軟、ツボ押しなどの健康法・すり足などの基本所作・神楽舞実践稽古・古典的作法の指導・講和など。ご興味のある方は是非、体験してみてください。

講師：表 博輝 (オモテ ヒロアキ)

日本国エンターテイメント  
観光大使・創生神楽宗家

㊟2月9日(木) 17:30-20:00

㊟リハーサル室

㊟¥1,500円(月1回)(初回体験 500円)

※幼児～(年齢制限なし)

※軽い体操のできる服装でお越しください。

**しづか少年少女合唱団**

初心者でも大歓迎です。みんなで合唱する楽しさを体験してみませんか。

※初回体験無料/随時募集中！！

㊟2月18日(土)・2月25日(土)

14:00～15:30

※対象：小学生

㊟しづかホール リハーサル室

㊟¥1,000円(月2回)

問 淡路市立しづかホール

☎0799-62-2001

MAIL: info@shizukahall.com

**◆洲本市民交流センター**

所 〒656-0054 洲本市宇原1788-1  
 ☎ 0799-24-4450 ㊟0799-24-4452  
 休 月曜日休館 時 9:00～21:00

**洲本市民私立保育所(園)・  
認定こども園幼児画展**

保育園児・こども園児の絵を展示します。

㊟2月1日(水)～2月19日(日)

9:00～21:00

㊟アールギャルリー

㊟観覧無料

問 洲本市民交流センター

☎0799-24-4450

**◆淡路人形座公演案内**

所 656-0501 南あわじ市福良甲1528-1地先  
 ☎ 0799-52-0260 ㊟0799-52-3072  
 Mail : awajiningyo@gmail.com

**定時公演**

**みんなに福を授けます 戎舞**  
**陰陽師と化け狐の壮絶バトル 神泉苑**

**2月2日(木)～12日(日)**

「バックステージツアー」・「人形解説」・「戎舞」

時10:00～、15:00～

「人形解説」・「玉藻前義決 神泉苑の段」

時11:10～、13:30～

**2月17日(金)～28日(火)**

時10:00～、15:00～

「バックステージツアー」・「人形解説」・「戎舞」

時11:10～、13:30～

「戎舞」・「人形解説」・伊勢恋恋緋鹿子  
火の見櫓の段」

㊟ 大人 1,800円 中高生1,300円

小学生1,000円 幼児 300円

※上演内容は変更になる場合があります。ご了承ください。

淡路人形座へご来座される  
お客様へのお知らせとお願い

国及び自治体の定める新型コロナウイルス感染症対策ガイドラインに基づいて、感染予防処置を実施しております。お客様にはマスクの着用、手指の消毒、検温の実施等へのご協力をお願い申し上げます。

**【定時公演】**

時 10:00、11:10、13:30、15:00

※30名様以上の場合、下記の時間帯で臨時公演も可能です。(15日前までの事前予約が必要です。)

**【臨時公演】**

時9:00、16:00

**【2月の休館日】**

2月1日(水)、6日(月)、8日(水)、9日(木)、13日(月)、14日(火)、15日(水)、16日(木)、19日(日)、22日(水)

問 淡路人形座

# インフォメーション



## ご注意

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各イベント開催予定が変更されることもありますので、お出かけ前には、主催者にお問い合わせをされますようお願いいたします。

## ◆淡路文化会館

所 〒656-1521 淡路市多賀600  
☎0799-85-1391 ☎0799-85-0400  
時 9:00~17:00 観覧無料

### 今月の美術展示

#### 〔令和4年度淡路洋画セミナー修了作品展〕

令和4年度淡路文化会館「淡路洋画セミナー」の受講生が制作した作品および指導にあたる講師の作品を展示します。

修了展では、セミナー制作した作品を展示し、発表の機会を確保し、広く県民に鑑賞の場を提供し、洋画に対する関心を高める機会とします。

日 2月5日(日)9:00~2月19日(日)15:00  
時 9:00~17:00

会 美術展示室・県民ギャラリー

#### 〔令和4年度いざなぎ学園作品展〕

シニア世代の生涯学習講座である淡路文化会館「いざなぎ学園」令和4年度の学習のまとめとして、その成果である絵画、手芸、書、彫刻、俳句等の作品やサークル活動の様子を掲示物にて紹介します。

島内の高齢者の生きがいの創造に寄与するとともに、広く県民に鑑賞の場を提供し、生涯学習に対する関心を高める機会とします。

日 2月23日(木)9:00~3月8日(水)15:00  
時 9:00~17:00

会 美術展示室・県民ギャラリー

## ◆淡路島国営明石海峡公園

所 〒656-2306 淡路市夢舞台8-10  
☎ 0799-72-2000 ☎ 0799-72-2100

### きみもみらいの宇宙博士になれる

ロケットなどの模型展示のほか、期間中の土日祝には、様々な体験イベントを開催します。

日 1月21日(土)~2月23日(木祝)

会 ビジター棟ほか

料 参加費はイベントにより異なる

※別途入園料、駐車料金必要

## ◆淡路市立サンシャインホール

所 〒656-2305 淡路市浦148-1  
☎ 0799-74-0250 ☎ 0799-74-0256  
時 10:00~18:30

休 毎週木曜日及び祝日の翌平日

### ピアノメンテナンス公開講座

スタインウェイのセミコンサートグランド「C-227」。

年に1回のメンテナンス時は部品を全て取り外します。

その様子を近くで皆さんに見ていただける公開講座です。

日 3月5日(日) 10:30 開始

料 無料

※事前申込が必要です。



## ◆兵庫県立淡路夢舞台公苑温室あわじグリーン館

所 〒656-2306 淡路市夢舞台4  
☎ 0799-74-1200 ☎ 0799-74-1201

時 10:00~18:00

(最終入館は閉館の30分前)

### 特別展

#### 「蘭・オーキッドフェスティバル」

日 1月21日(土)~3月12日(日)

時 10:00~18:00

料 入館料 一般1,500円、70歳以上750円、高校生以下無料

※70歳以上は、生年月日記載の証明提示

## 淡路文化会館からのお知らせ

### 〈淡路生活創造応援隊に参加してみませんか〉

【活動内容】月刊情報誌生活創造しんぶん『ポケットあわじ』に関する取材・寄稿・配布

【活動日】毎月最終木曜日の編集会議

【活動場所】淡路文化会館 会議室

【条件】淡路島内にお住まいの方で、生活創造活動に理解のある方

会 淡路文化会館

☎0799-85-1391

淡路について

詳しくなりますよ~



## 編集だより

ほんとうに小さな豆なのに、凄いパワーを持った食材です。

栄養面でも優れており、乾燥して長期保存もできます。

加工して、さまざまな食材にもなれば、餡や和洋菓子にも。

まさにスーパーフードです。普段食べているサラダやスープな

どに加えて豆の栄養素を活かし健康に過ごしましょう。

《 応援隊 小原 町子 》

「ポケットあわじ」は、応援隊の手により取材や編集がされ、月に3,500部発行しています。そして、島内各市の庁舎・公民館・商業施設など約250ヶ所に無料配布しています。今後も生活情報新聞として、豊かな情報をお届けしたいと思いますので、ご愛読よろしくお願ひします。また、読者の皆さまからのお便り、情報をお待ちしています。

なお、バックナンバーを淡路文化会館のホームページに掲載していますので、こちらも是非ご覧ください。

(発行)淡路生活創造応援隊 淡路文化会館 淡路文化会館運営協議会

〒656-1521 淡路市多賀600

☎0799-85-1391 ☎0799-85-0400

E-mail : a-pocket@hyogo-ikigai.or.jp

H P : https://www.awaji-bunkakaikan.jp/

# 私たちはポケットあわじを応援します。

