

みんなで作るのが楽しい

公津小学校 家庭科クラブ

わたしたち公津小学校「家庭科クラブ」は4年生7人、5年生5人、6年生9人の女子21人で活動しています。

活動では、グループごとにクレープやパフェ、ロールケーキなどの調理やマスケット作りなどの裁縫をします。

クラブの時間内にすべての作業をするので、みんなで作業を分担して手際よくこなしていきます。作り方などは毎回、本などで調べてから作ります。

今回の活動では、スポンジケーキのデコレーションに挑戦しました。ケーキにどんなトッピングを



作業を分担して

のせるか、
どんな飾り
付けにす
るかは、事
前にグルー
プごとに集
まって決め
ました。

作って
みて一番
難しかつ
たのは、

生クリー
ムを均等
にケーキ
につける
ところで
した。で
も、顧問

の飛田先生や吉田先生にアドバイスをいただきながら、時間内に完成することができました。クラブのみんなは、料理や裁縫が大好き。

このクラブの一番楽しいところは、みんなで協力して料理を作ったり、裁縫したりできることです。

また、クラブで覚えた料理を家族の人に作ってあげて、「おいし」と言ってもらえたときはとてもうれしいです。



みんな、料理や裁縫が大好き

ひろば

「気」は無限のエネルギー

気功の会

わたしたちは、加良部公民館で毎週土曜日に気功法を習っているサークルです。指導してくれるのは清谷紀子先生。数千年ある気功法の中から、手軽にできる手法を織り混ぜた智能気功を教えてくださいます。

気功の「気」とは人間の根本的なエネルギーを指し、「功」は鍛錬するということ。東洋医学では、生命エネルギーである「気」が体の中で滞ったり、秩序が乱れたりすると病気の原因になり、「気」をスムーズに循環させることで健康な心身がつくられると考えられています。経絡の通りを良くすることで、さまざまな効能が期待でき、実際にメンバーにも足の悪い人や胃に疾患のある人がいましたが、順調に回復することができました。

活動では、清谷先生の優しい声に導かれて、体を軽く動かしながら



無我の境地へ

がらゆつくりと気を流していきます。頭の頂から足先まで十分に気が巡ってくると暖かい膜に包まれた心地になり、自分が周りの空気に溶け込んでいく、ちょっと大げさな言い方になりますが、「宇宙を感じる」ことができます。体の中心から活力が湧いてくるのが実感できるんですよ。

気は、わたしたちの生活の中で「天気」や「気持ち」というふうには本来密接に関わっているものです。きっと古代の人々にとっては、決して特別なものではなく、ごく身近なものだったに違いありません。文明の発達とともに、わたしたちが見失ってしまっただけなのかもしれないですね。古から幾多の年月を超えて継承されてきた「気」。その世界にふれるよるこびを、今感じています。



気功をはじめてみませんか

美しい風景だった ワカサギ漁の帆船

須賀澤博司さん(青山)

わたしのふるさととは、茨城県桜川村です。昨年の3月、江戸崎町・新利根町・桜川村・東町が合併し、現在は稲敷市となっています。

合併以前は、霞ヶ浦に育まれた豊かな自然が残る小さなまちでした。霞ヶ浦といえば、ワカサギ漁の帆船を思い出します。白い帆を広げ湖面に浮かんでいる風景はとても情緒がありました。実家のそばの浮島は、霞ヶ浦に浮かぶ小さな島で、モリとカンテラを持ってコイやフナをよく捕りに行きました。夏には海水浴でにぎわい、土浦から観光汽船も来ていたことをよく覚えています。その浮島も今は干拓され陸続きになってしまいました。

桜川で有名な場所に大杉神社が



霞ヶ浦といえばワカサギ漁の帆船

あります。地元ではあんな様として親しまれ、正月や節分のときには多くの参拝客が訪れます。また、あまり知られてはいませんが、川上や金田など往年のプロ野球選手が集まる名球会のグラウンドがあり、かつての名選手を目の前にして胸が躍ったものです。

青山に来て約20年になります。20数戸の小さな集落で、地区全体が親戚付き合ひのような感じで気に入っています。4月の成田のおどり花見は、郷土の大杉神社信仰も加わった踊りで、成田に移り住んでも親しみを感じています。

市民の

ふるさとトーク 133 茨城県稲敷市

ペット大好き 98



飯田和子さん(花崎町)
クツカ(メス)

生まれつきの座敷犬で、雨の日のお散歩はちょっと心細いみたい。麺類が大好きという食通の一面があって、好物の日本そばやラーメンを結構器用に食べるんですよ。そんなこだわりのあるところも可愛くて、これからも愛情をもって育てていきたいと思います。

スクスクのびのび 322

あゆむ

三村 歩くん(5歳) 飯田町

お祭り大好き！今日はお母さんと一緒にお祭りを見に行つて、山車を引くんだよ。昨日は山車を引いていたら、たくさん友達に会えて楽しかった。今日は誰に会えるかな？終わつたらお団子とカキ氷を食べるんだ。そつちも楽しみ。



菅澤 学^{がくと}ちゃん(玉造)

こんにちは赤ちゃん 118



根本 深^{みゆ}由ちゃん(並木町)