

# 西郷公民館だより

【発行所】登米市西郷公民館  
西郷地区コミュニティ推進協議会  
登米市南方町堤田38

【TEL】0220-58-4556【FAX】0220-58-4581

【QRコード】



【ホームページ】



【Facebook】

完成  
しました！

## 公民館事業のお知らせ

7月から少しずつ公民館事業を開催していきます。趣味作りやお友達作りにもなりますよ！ぜひご参加ください！コロナ対策をしながら開催いたします。

### 写経教室

日時：7月8日（木） 毎月1回  
10時～11時30分  
場所：西郷公民館 研修室  
講師：大崎 真人さん  
持ち物：筆ペン

### 料理教室

日時：7月9日（金）  
10時～11時30分  
場所：西郷公民館 研修室  
内容：コロナに負けない免疫づくり  
低栄養(フレイル)予防のお話  
講師：片倉 成子さん  
持ち物：筆記用具

### 西郷南寿大学

日時：7月16日（金）  
10時～11時30分  
場所：西郷公民館 研修室  
内容：開講式・お笑い講座  
講師：日本笑い学会 マヨネーズさん

### ❀花いっぱい❀

環境整備事業で今年も西郷小学校にお花をお届けしました。6月7日(月)に全校児童の皆さんで花植えが行われました。一つ一つ丁寧に植え、花壇がとても華やかになりました！



裏面もご覧ください⇒

## ～感謝状～

長年にわたりコミュニティに貢献されたお二人へ感謝状をお渡しいたしました。

◎高橋義法さん（南方コミュニティ運営協議会）

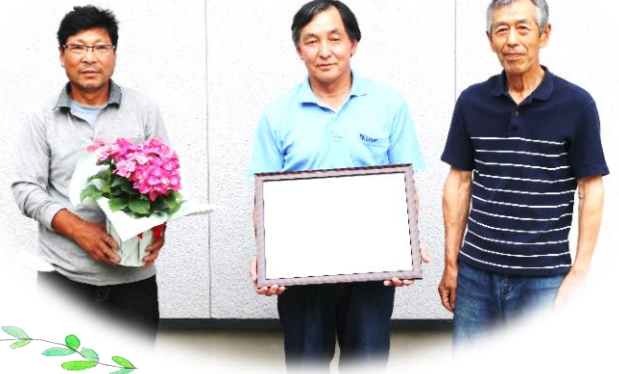
◎佐藤重美さん（西郷地区コミュニティ推進協議会）

大変ありがとうございました。お疲れ様でした。

高橋さん

佐藤さん

千葉会長



## ささのほ さ～らさら～♪



今年も西郷公民館に七夕飾りを飾りました！西郷小学校の皆さんの短冊もあります！7月中はご覧いただけますので、ぜひお越しください。公民館に短冊を置いていますので、皆さんも願い事を書いて飾ってください★  
皆さんの願いが叶いますように…



## 館長の簡単 おすすめレシピ



先日いただいたカブを漬けてみました。カブの代わりに大根でもOKです。「三輪漬け」を調べると、カブ・柚子・赤唐辛子の三つの輪切りを合わせて漬けることが由来だそうです！

## ＊カブの三輪漬け＊

### 【材料】

・カブ	200g
・塩	4g
・酢	12g
・砂糖	6g
・赤唐辛子	1/2本
・柚子	1/3個

### 【作り方】

- 1、カブの皮をむき、薄い輪切りにする。塩を混ぜてしんなりなるまで置いておく。
- 2、柚子は皮ごと薄い輪切りにする。
- 3、赤唐辛子は、半分に切って種を取り、輪切りにする。
- 4、しんなりなったカブの水気を絞り、酢・砂糖・柚子・赤唐辛子を混ぜて味をなじませ、冷蔵庫に入れて、冷やして完成！



### 《おまけ》

好みで昆布を細く切って一緒に漬けても美味しく出来上がります！