

<第160号>

事務局だより

平成28年8月10日発行

現在の会員数

合計 219名

(男性 150名)

(女性 69名)

□ 互助会日帰り研修旅行

1. 日 時 9月9日(金) 午前8時集合(午前8時15分出発)
2. 集合場所 御幸公園前
3. 行き先 奥津軽いまべつ駅舎見学とホテル竜飛コース
4. 定 員 30名
5. 会 費 3,000円
6. 締 切 9月1日(木)までに会費を添えて事務局へ

※フェイスタオル、バスタオル等は各自持参してください。

□ 一泊研修旅行について

黒石市は宮古市との姉妹都市50周年記念事業として「姉妹都市交流事業補助金」を交付します。互助会ではこの補助金を活用して、一泊研修旅行を企画中です。行き先は宮古市、日程は10月19日(水)～20日(木)を予定しています。詳細については、9月の事務局だよりでお知らせします。

□ 刈払機等操作講習(黒石会場)

就業分野の拡大を図り、派遣就業につなげるための講習を開催します。経験のない方、経験はあるがもっと知識を付け働きたい方などは是非受講してください。

シルバー人材センターに入会していない方でも参加できますので、お問い合わせのうえご参加ください。

1. 日 時 8月29日(月) 午前10時～12時
8月30日(火) 午前9時30分～午後17時
2. 場 所 黒石市シルバーワークプラザ 研修室(2階)
3. 内 容 「刈払機の知識と実技」・「接遇」など
4. 申込・問合せ先 (公社)黒石市シルバー人材センターまで
電話 0172-52-5131

□理事長のつぶやき ～男子厨房に入ろう～

小生は『男子厨房に入らず』を自認し、亭主関白を通してきたが、先月の新聞に“男の料理教室”という寄稿記事を見て、凄いなあ、エプロン姿が妙に似合っていて恰好良いなあと思いながら一気に読んでいた。

その時、シルバーが去年12月に行った“男の料理教室”を思い出した。黒石市食生活改善推進委員会（丹羽英子会長）の協力によって実施したのだが、やってみると結構面白くて参加した13人の野郎連中は、丹羽会長の指導のもと、慣れない包丁を手に野菜を刻んだりして楽しい一時を過ごした。

できた料理は、自分が作ったものだけにマズイ訳がなく、本当にうまく（美味しく）いったように私には映ったものである。

しかし、よくよく考えてみると、何でいつも男の料理教室なのか？と不思議に思う。男だけ云々のタイトルは少し分かるとしても、世の中には料理が苦手で台所へ立つのがイヤな女性も沢山いるし、料理の世界では男性シェフが圧倒的に多く、美味しい料理を提供しているという現実があるのにとと思う。

よく、結婚願望のある女性に、男を掴まえるには胃袋を掴まえることが必要だと言って、料理を習うことを勧める人も多いと聞くので、今度は男女が参加できる“チャレンジ・クッキング”と銘打った教室などが現れることを期待したい。

今我々の関心がある認知症の予防方法の一つとして ①声に出して歌う ②歩きながら数を数える ③指先を使用する、そして“料理をする”ことが良い実例として紹介されている。

何故料理が良いかという、まず何を作るか、作るものによって買う物を決め、外へ出て買い物をし、スムーズに作る手順などを自分で考え、手先を使って作業する、このことが脳に刺激を与えて活性化するという臨床例が報告されている。

将来は分からないが、一人暮らしになる可能性もある訳だから、料理ができることになれば楽しく生活できるというもので、決して無駄なことではないのでは。

連日うだるような暑さが続いている中、男子厨房に入って美味しいものを作って、好きな肴に舌鼓を打ち、冷たいビールで一杯といきたい処だが、しかし、飲み過ぎには注意を……。

発行 公益社団法人黒石市シルバー人材センター

〒036-0306 青森県黒石市大字内町61番地1

TEL 0172-52-5131

緊急連絡先 080-6011-5131