

天津高齢者学級

歴史博物館にて研修

11月に天津高砂大学館では、郷土の文化や歴史を学ぼうと「大分県立歴史博物館」に出かけて見学をしました。国東半島の「六郷山」と呼ばれる独特の仏教文化や暮らしについて多くの資料を見学しながら学ぶことができました。特に富貴寺大堂の実物大模型は素晴らしかったです。見学が終わり、双葉の里へ移動して菊花展を鑑賞しました。委員長の作品がとてもきれいでした。



熊野摩崖仏のレプリカの前で



双葉の里にて
菊花展見学



富貴寺大堂の実物大模型
九州現存最古の木造建築物

横山女性学級（料理教室）

12月18日（水）、ヘルスメイトお二人を講師にお迎えし、季節の料理教室を開催しました。自前の畑でとれる「旬の食材を使ったバランスレシピ」と題して、「揚げ餅のシーフードあんかけ」「にんじんと長芋のポタージュ」「大根餃子」「バナナとリンゴのソテー」など、日ごろと違った視点で、栄養バランスの取れた美味しい料理ができました。特に餃子の皮の代わりに薄切り大根を使った大根餃子は、この時期にぴったりのヘルシーな逸品に仕上がりました。

