

# 白石地区 地域づくり 協議会だより

白石地区地域づくり協議会

〒753-0046  
山口市本町1-1-25  
白石地域交流センター内  
TEL 083-941-5959  
FAX 083-941-5966



<http://www.y-shiraishi.net/>  
携帯・スマホからは上のQRコードでアクセス!



一の坂川(撮影/羽山裕子)

2016年4月1日号 Vol.34

## 第2次地域づくり計画「住民説明会」を開催しました!



3月5日(土) 白石地域交流センターにおいて、第2次地域づくり5カ年計画(平成28年度～平成32年度)の住民説明会を開催しました。ご多忙の中ご参加いただきました住民の皆様、たいへんありがとうございました。



## 男性料理教室を開催しました

2月27日(土)、男性を対象とした料理教室を開催しました。「野菜がおいしく食べられるレシピ」～雑穀ごはん、はなっこりーの豚巻き(レシピ参照)、小松菜とキャベツのわさび酢和え、せん切り野菜のスープ～を調理しながら、楽しく減塩食を学びました。



### 食推だよりその19 減塩レシピ作ってませんか? ～減塩推進事業～

【材料】	(4人分)
豚ロース	240g(12枚)
(しゃぶしゃぶ用)	
酒	小さじ1
下味	塩こうじ 20g
	こしょう 少々
はなっこりー	160g
小麦粉	小さじ1/2
サラダ油	小さじ1
りんご	80g
A	
しょうが	1/3片
にんにく	1/3片
玉ねぎ	40g
酒・みりん	各小さじ2
しょうゆ	小さじ1
レモン汁	小さじ2/3
ミニトマト	8個
サニーレタス	4枚

### はなっこりーの豚巻き アップルソースかけ

【作り方】

- ①りんご、しょうが、にんにく、玉ねぎはすりおろし、他の調味料と合わせておく。豚肉は酒、塩こうじ、こしょうで下味を付けておき、はなっこりーは3等分に切る。
- ②豚肉ではなっこりーを巻き、小麦粉をまぶす。
- ③フライパンにサラダ油を中火で熱し、②を入れ、ふたをして蒸し焼きにする。
- ④Aを③に入れ混ぜ、煮立たせて豚巻きとからめ。サニーレタス、ミニトマトとともに皿に盛る。



☆栄養 カロリー 227kcal 塩分0.9g(1人分)  
しょうがとにんにくの薫りやレモン汁の酸味を使っておいしく減塩♪

## SL「やまぐち」号 応援イベントを開催しました!

3月20日(日)、運行を開始したSL「やまぐち号」のおもてなし作戦を決定しました。今年も山口駅のホームには、ちびっこたちに人気の動物の着ぐるみが大集合!来場者にはお菓子をプレゼントしました。



着ぐるみたちも  
お出迎え♪



おいでませ  
やまぐちへ♪

## 健康講座を開催しました

2月20日(土)、山口県立大学社会福祉学部特任教授 青木邦男氏をお招きし、「楽しく出来るストレッチ～筋肉のトレーニング」を教えてくださいました。



ストレッチ中

## すっきりボディを目指す会を開催

2月27日(土)、山口大学吉田キャンパスにおいて「寒さを吹き飛ばそう!山大てくてくツアー」を行いました。雨の中、みなさん傘を片手に軽快にウォーキングされました。



てくてく♪



第23回 薩長同盟から150年④ ～朝議一変～

「一、是なりにて幕兵東歸せしときは、訖度朝廷へ申上、直様冤罪は從朝廷御免に相成候都合に訖度尽力との事一」

京都御所において、朝議を左右するまでになった長州藩は、三条実美をはじめとする尊攘派の公家や志士たちとともに、攘夷親政運動を一気に盛り上げようとしています。一方、現実主義の薩摩藩は、公武合体派の挽回を図るため動き出します。そして、ついに、歴史を大きく動かすきっかけとなった、あの事件が起ったのです。

八月十八日の政変

文久3年(1863)8月18日の半刻(深夜12時)。御所で、尊攘派の公家が出席しないまま会議が開かれると、早暁、会津藩が、御所内の凝華洞という場所で、一発の空砲を発射しました。これは、薩摩・会津藩によって警衛の準備が整ったという合図でした。

その砲声に周囲は騒然とします。長州藩の久坂玄瑞らは、枕を蹴って起き上がり、三条実美邸へ駆けつけます。すると、そこに、宿直の兵が帰って来ました。

「只今、九門はすでに全く閉ざされて、番兵厳重にこれを護り、たとえ宮方、門跡、摂家、関白、議奏たりとも、御召なき者入るを許されず一」

こうして、尊攘派の勢力は御所に入ることを禁



京都御所 堺町御門 (京都市)

止され、長州藩は、堺町御門警衛の任を解かれることとなりました。

また、三条実美をはじめとする尊攘派の公家は、「不忠の至り」とされ、他人との面会は禁止。長州藩の暴論に従い、天皇の意を無視し、過激な尊攘論を唱えたとして厳しく非難されたのでした。これが世にいう「八月十八日の政変」です。

七卿落ち

「思召を以て只今より長藩の堺町御門警衛を免ぜられ候。屋敷へ引退くべき事一」

まさに青天の霹靂。この異変を聞いた長州藩側は、清末藩主・毛利元純、岩国領主・吉川経幹、家老・益田右衛門介らが、約2千人の兵を率いて御所に駆けつけます。その後、三条実美らも兵を引連れやって来ました。

この時、堺町御門では、薩摩兵が、大砲を構えていました。まさに一触即発。

こうして、夕方までにらみ合いは続きますが、長州藩と三条実美らは、洛東の妙法院へ退くこととなり、そこで会議が開かれました。その結果、再挙を図るため一旦長州へと下ることに決定しました。

こうして、三条実美、三条西季知、東久世通禧、壬生基修、四条隆謨、錦小路頼徳、沢宣嘉の7人の公家たちは、京都を後にし、長州藩兵、御親兵、浪士ら、約2千人とともに、降りしきる雨の中、兵庫の港を目指し、そこからは総勢400人が20隻の船に分乗し、長州へと向かったのでした。

明治維新150年記念講演のお知らせ

「大村益次郎

～学問に身を捧げた青春!～」

まつまへりゆうじ 松前了嗣氏を講師にお招きし、講演会を開催します。

講師：松前了嗣氏

日時：平成28年5月28日(土)

13：30～

場所：白石地域交流センター講堂

申込：白石地区地域づくり協議会(TEL 941-5959)

白石地域交流センター(TEL 922-0381)

参加無料  
学生さんも  
大歓迎!



「明治維新150年記念事業」実行委員募集中!!

平成30年の明治維新150周年に向けて、市内各所で明治維新に係る活動が活発化してきました。白石地区でも更なる活動を行うために、イベント開催の企画・準備等を一緒にして下さるボランティア委員の方を募集します。明治維新の策源地である山口市を一緒に盛り上げていきませんか?是非ご応募ください。お待ちしております!

【活動内容】実行委員会：原則毎月第2火曜日19:00～20:00頃

その他：講演会会場の簡単なお世話等

【お問い合わせ先】白石地区地域づくり協議会(TEL 941-5959)

お気軽に  
ご応募  
ください