

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!



一の坂川にて(撮影/齋藤和彦)

2016年10月1日号 Vol.40

平成28年度 やまぐち車座トーク21 in 白石



渡辺市長が21の地域をまわって意見交換し、市民の皆様の声をできるだけ市政運営に反映することを目的とする「車座トーク21」を開催しますので、ぜひ、ご参加ください。(申込不要)皆様のご来場をお待ちしています。
日時：10月24日(月) 19:00~21:00 / 場所：白石地域交流センター2階講堂



昨年の様子

特別企画! 「SLやまぐち号」 昭和レトロでおもてなし作戦を決行します!!

昭和初期の衣装を着用したアテンドがSL車内に乗り込み、乗客に「しおり」を配布します。ホームではSLに向かって歓迎の手振りをします。

決行日 **10/9日・10/20木** の2日間

山口駅11:09着 ▶ 11:11発

集合時間 10時50分 / 集合場所 山口駅トイレ付近
※駐車場はありません。

来場の皆様へ
お菓子をプレゼント
(先着80名様)

SLに向かって手をふるろう!

10月の運行予定日

日	月	火	水	木	金	土
						①
②	3	4	5	6	7	⑧
⑨	⑩	11	12	13	14	⑮
⑯	17	18	19	⑰	21	⑳
㉓	24	25	26	27	28	㉑
㉓	31					

※○は運行日、○は臨時運行日

11時過ぎと17時過ぎに
白石地区内を通過します



「てくてくウォーキング」参加者大募集!

～鴻ノ峰城跡と山口大神宮・木戸神社めぐり～

山口の市街地が一望できる鴻ノ峰登山と西のお伊勢様の山口大神宮の参拝をしましょう。

日時：10月23日(日) 10:00~15:00 (集合9:45)

集合・解散場所：JR山口線山口駅

定員：50名(先着順)

コース：山口駅→駅通り→美術館→山口県庁(藩庁門)→木戸神社→鴻ノ峰城跡(頂上)→山口大神宮(内宮・外宮)→一の坂川→山口駅(約10km)

参加費：1,000円(弁当・お茶、保険代)

申込：白石地区地域づくり協議会(TEL 941-5959)



秋季グラウンドゴルフ大会 参加者募集中!

中学生以上のみなさん!
グラウンドゴルフを
やってみませんか?

日時：平成28年10月10日(祝) 午前9:00~

【雨天中止(小雨決行)】

会場：亀山公園ふれあい広場

初心者歓迎!

参加対象：中学生以上の白石地区住民

申込先：白石地域交流センター(窓口・電話・FAX)
(TEL 922-0381・FAX 922-0416)

申込締切：平成28年10月3日(月)

その他：運動のできる服装と靴でご参加ください。
帽子・タオル・飲み物は必ず持参してください。

五十鈴川の一斉清掃を行いました

9月4日(日)「五十鈴川を守る会」実行委員会の呼び掛けで、今回初めて五十鈴川の一斉清掃を行いました。

当日は台風が接近しつつある小雨の中、白石中おやじの会、白石中おやじの会、附属小PTA、近隣3町内会(東白石・東糸米・ヴェルテ白石)の有志130人に参加していただきました。参加者の皆さま大変お疲れ様でした。

「五十鈴川を守る会」では、五十鈴川を将来「たくさんのホテルが飛び交う名所」にしたいと夢んでいますので、今後とも皆様のご協力をお願いいたします。



すごい
草だー!

お疲れさまでした!
キレイになりました!

第29回 奇兵隊3代目総管 赤禰武人② ～学問への道～

克己堂

月性が主宰する清狂草堂で学んだ武人は、更なる教養を身に付けるため、阿月にある郷校・克己堂へ入門することになりました。ここは、毛利家に仕える浦鞠負の家臣・秋良敦之助が主宰する塾です。ここで武人は、四書五経など漢文の基礎的知識を身に付ける他、柔術を習うなど文武の習得に励みました。

そして、安政元年(1854)、17歳の時、柱島の庄屋・中富家の養子となり、その家の長女・マキと結婚。一時柱島に戻りますが、その後、再び克己堂へ戻り、そこでひたすら学問に励んだのでした。

松下村塾

安政3年(1856)、克己堂で学問の基礎を身に付けた武人は、更なる向上を目指し、吉田松陰が主宰する松下村塾の門を叩きました。



松下村塾 (萩市)

月性の友人である松陰は、安政2年(1855)12月、実家である杉家の幽囚室で、家族を前に講義を始めましたが、その講義が面白いという噂が広がり、次第に多くの人が集まるようになりました。そこで武人も、門人である

増野徳民、松浦松洞らとともに、松陰の教えを受けることになったのでした。

望楠軒塾

松下村塾で松陰の指導を受けていた武人は、入門して数カ月後、父の病気を理由に柱島に戻ることになりました。そして、安政3年(1856)11月、病気が快復すると、再び克己堂へ入り、翌年には妻・マキとともに浦家の家臣・赤禰家の養子となりました。

ちょうどその頃、京都で望楠軒塾を開いていた梅田雲浜が、萩の吉田松陰のもとを訪ねた後、克己堂の主宰者・秋良敦之助のところへ立ち寄りました。そこで、武人と会った雲浜は、彼の優秀さに気付き、自らが主宰する塾への入門を勧め、武人は、京都へと向かうことになったのでした。

安政の大獄

安政4年(1857)秋、京都で雲浜に師事していた武人は、江戸の三大道場のひとつである斎藤弥九郎の練兵館で剣術の稽古を、桜任蔵と羽倉簡堂に中国の古典を学び、翌年5月に再び京都へと戻ります。しかし、同年9月、雲浜が、幕政を批判したため、時の大老・井伊直弼によって捕えられます。世にいう「安政の大獄」です。そしてこの時、門人であった武人も同時に、牢へと繋がれることになったのでした。

すっきりボディを目指す会を開催しました!

9月3日(土)、今回は体の中からすっきりボディを目指すそうと「すっきりボディのための食生活のコツ」について山口市健康増進課の宮下主査(管理栄養士)に教示していただきました。その後、食生活改善推進協議会の皆さんのご協力により、健康食のおススメ料理3品(シャキッ フワッ サラダ、にぎやかおかず、簡単かぼちゃ寒天)を試食し健康食についての理解を深めました。



保健師さんの健康相談



試食中

おいしいね

食推だよりその②
減塩レシピ作ってませんか?
～減塩推進事業～

にぎやかおかず

【材料】	(4人分)	【作り方】
刻み昆布(乾燥)	20g	①刻み昆布と干しいたけを水で戻す。(干しいたけの戻し汁は取っておく。)水煮大豆は水でよく洗い、水気を切っておく。 ②材料を切る。にんじん、れんこん、しいたけは、いちよう切りにする。油揚げは縦半分の長さに細切りにする。こんにゃくは細切りにする。 ③鍋にごま油を熱し、①、②と水煮大豆、ちりめんじゃこを入れて炒める。 ④干しいたけの戻し汁と水を合わせて350mlにし、③に入れる。 ⑤煮立ってきたら、調味料を入れ、時々混ぜながら煮る。 ⑥汁気が少なくなったら器に盛り、白いりごまをふりかける。
干しいたけ	5枚	
にんじん	80g	
れんこん	80g	
油揚げ	1枚(30g)	
こんにゃく	50g	
ごま油	大さじ1	
水煮大豆	80g	
ちりめんじゃこ	10g	
戻り汁+水	350ml	
A 砂糖	大さじ1	
みりん	小さじ1	
しょうゆ	大さじ2	
白いりごま	大さじ1	



☆栄養 (1人分)
カロリー 79kcal
塩分 1.2g

朝は盛りつけるだけ、野菜が主役の作りおきおかず