

東広島西支部だより 2024. 8

平和学習・原爆展

今年も、東広島原水協の原爆展に合わせ、7月25日に平和学習を行いました。

原爆展に携わってこられた岩城学さんから、核兵器廃絶の運動や原爆展についてのお話を聞きました。

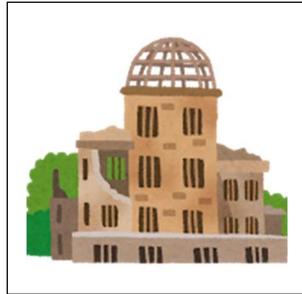
参加者からは「運動を子どもたちと一緒にしていくことが伝承だとの話は実にそうだと思います。被爆者の方が声を出すことは難しいが子どもにとって大変有意義であるという事も確かに思います。伝承者を作っていくことは大切だと思います」「平和ありがたさを感じています。今戦争前の時代にきているようで考えさせられます」という感想が寄せられました。

川上地域センターでの原爆展も今年で11回目となります。

今年はビキニ水爆被災70年の年です。ビキニ環礁で行われたアメリカの水爆実験で日本のマグロ漁船など多くの船が被爆しました。原爆展では、このビキニでの被爆の実相や「原爆と人間」のパネル、「被爆者の証言をもとに描いた高校生の絵」など展示しました。

川上地域センターには3日間で130名の来場者がありました。

3歳の時、住んでいた家が原爆で全焼したという女性は、焼け野原となった当時の写真を持って「広島原爆資料館まではなかなか行けないが、近くであってよかったです」と。夏休み中の子どもたちも多く訪れ、「原爆は怖いと思いました」「平和が一番いいなと思いました」「原爆は絶対なくしたい」「高校生の絵が一番心に残りました」などの感想が寄せられました。



パネルの説明を聞く子どもたち

8月の原爆展は

8月19日(月)～23日(金) 8:30～17:15

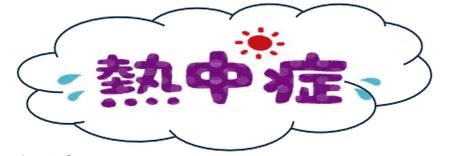
市役所ロビー

8月27日(火)～29日(木) 9:00～15:00

高屋町くれしんギャラリー

ぜひご来場ください

熱中症対策は？



毎日暑い日が続いていますがいかがお過ごしでしょうか。

熱中症対策には 水分補給 エアコン使用 適度に休憩 が必要です。

水分補給・・・喉が渇く前にこまめに水分をとる。飲みにくい場合はゼリーや寒天を食べるのもいいです。(麦茶・ポカリスエット等)

エアコン使用・・・お年寄りや暑さを感じにくくなっているため、室内でも熱中症になることを伝え、温度計で何度以上になったらエアコンを付ける約束をする。

適度に休憩・・・炎天下、高温多湿での作業は避け、日陰で熱がこもらないようにゆったりとした服装で作業する。首元を冷やしながらか休憩すると体温が下がる。

夏バテ予防！おいしいお料理作りましょう

6月の料理班会で好評だったお料理のレシピです。作ってみてください。

8月の料理班会は、30日(金) 10:00～ 川上地域センター

献立は「きのこのソース パスタ」「サラダ」「ヨーグルトムース」です。



ポッサム (韓国風ゆで豚) のたれ

- 味噌 大さじ3
- 砂糖 大さじ2
- ごま油、酢 各大さじ1
- 醤油 小さじ2
- おろしにんにく 小さじ1
- 豆板醤 小さじ1/2

*このたれはしゃぶしゃぶや生野菜との相性が良く色々な料理に合わせられます。料理班で絶賛のたれでした。

切り干し大根と茗荷の梅ナムル

- 材料 切り干し大根 60g
- きゅうり(千切り) 1本
- 塩 少々

- たれ 梅干し(種を除いて叩く) 2～3個(30g)
- ごま油、砂糖、酢、しょうゆ 各大さじ1
- 鶏ガラスープの素 大さじ1
- 茗荷(千切り) 2個

- 作り方 ①切り干し大根は流水で揉み洗いして水気を絞らないでザルに揚げ、ふっくらするまで10分程おく。きゅうりは塩で揉む。
- ②ボウルにたれを混ぜ合わせ、茗荷、水気をしぼった①を加えてあえる。

今年もやります 「けんこうチャレンジ2024」

「早寝早起き」「毎日朝食を食べる」「誰かと楽しくおしゃべり」など目標を決め、30日間または60日間挑戦して報告カードを提出してください。抽選で記念品をプレゼント！

生活習慣を見直し、健康づくりの習慣を身につけましょう。

詳しくは、下記問い合わせ先まで。

お問い合わせ

東広島つながりセンター

東広島西支部

TEL/FAX

082-423-5994

TEL/FAX

082-429-1425 (井上)