

あらかわ

荒川市民センターだより

発行 青森市荒川市民センター
〒030-0111 青森市荒川字柴田 129-1
TEL 017-739-2343
FAX 017-739-2343

講座レポート

青森のローカルごはん

～ ごま赤飯 ～

(12/12)

12月12日(木)「青森のローカルごはん～ごま赤飯～」の講座を開催しました。「あかいいなりずしときゅうりの佃煮」に続く第2弾で、1つの調理台に4人で4班編成の計16人が参加しました。(当初は30名もの申し込みがあったそうです。)講師は、りんごクラブの福井京子さんです。当センターで超人気の「笹もち作り」や「和布でハンドメイド」の講座も担当している自称“地元の元気なかつちゃ先生”です。「津軽伝統の甘い赤飯で、作り方は簡単ですから、必ずお家に帰ったら忘れないうちに作ってくださいね。」という挨拶で調理がスタートしました。

まず、①一晩水に浸けておいたもち米をざるに入れて水を切っておく。②そのもち米に黒ゴマをまぜ、蒸し器で30分蒸す。③その間に、水と塩、ザラメ砂糖をボウルに入れて溶かし、浸け汁を作っておく。④蒸し終わったら、浸け汁が入ったボウルに入れて、お米が浸け汁となじむまで掻き混ぜる。⑤混ざったら蒸し器に戻し30分蒸したら、ごま赤飯の完成、という簡単なレシピでした。また、もち米を蒸している30分を利用して、皮をむいた乱切りのさつまいもを、フライパンで食用油、砂糖を加え10分間焦がさないように蓋をして加熱させた後、黒ごまをまぶす「大学いも」も作りました。簡単で早く、しかもおいしいサプライズに得気分！

片づけを終えた班から、試食タイムでした。「おいしい！」「あのザラメ砂糖の量だともっと甘いと思ったけど、ちょうどいいわ。」など、矢継ぎ早に感動と感想の声が上がり、「お正月のおせち料理の一品が増えました。」と大喜びでした。



福井講師と談笑しながら試食する班員

令和7年度

青森市民大学新入生募集！



青森市民大学は、年齢・性別を問わず、学びたい方が参加できる大学です！！

これからの人生をより充実したものにするために、実生活の中で役に立つ様々な知識や、自分たちが住んでいるまちについて、仲間と共に楽しく学んでみませんか。

【募集対象】市内在住の方

(過去に寿大学、女性大学を卒業した方を除く)

※再入学はできません。

【修学年限】大学4年 大学院2年

◎受講料無料！あなたの知りたい、学びたいを応援します。

※詳細は、市民センター備付の新入生募集案内、または3月号の「広報あおもり」をご覧ください。

問合先：最寄りの市民センターまたは中央市民センターへお問い合わせください。



授業風景（カラークロージング）

市民センターには市民の皆様の生涯学習を豊かにする情報がいっぱい!! 今年度も市民の皆様に様々な講座を提供できました

中央市民センター



マシュー先生の楽しい英会話教室～イベントで役立つ英会話編～
(12/18, 12/25)

東部市民センター



バルーン教室「Xmas ツリー作り」(12/21)

戸山市民センター



冬の郷土料理「鮭の飯ずし風漬物」(12/7)

横内市民センター



郷土のおやつ「笹餅作り」
(9/16)

大野市民センター



東洋医学について学ぼう
(11/26)

荒川市民センター



夏休み子ども工作教室～現代アート「光のボックス」を作ろう!～(7/29)

古川市民センター



シニア向け“体験型”
おかたづけ講座(6/8)

沖館市民センター



丸勝水産ほたて工場見学～青森ほたてってこんなにすごい!～(7/20)

油川市民センター



お家時間を楽しむ
コーヒー教室(10/9)

西部市民センター



北洋ガラスに津軽びいどろ
の工場見学(10/5)

北部市民センター

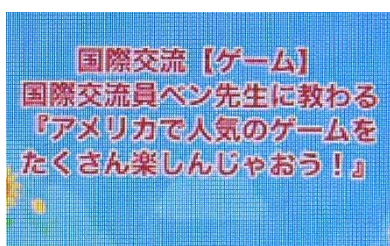


青森県食肉組合コラボ企画「親子で食育・料理に挑戦!」(12/14)

◇青森市教育委員会公式
YouTube チャンネル
「あおいもりのまなびちゃんねる」にて
中央市民センタープラネタリウムに関する情報をお届けする「プラナビ」や、中央市民センターで開催している「市民向け講座」「キッズスクール」の動画を配信中!



プラナビ



キッズスクール

QRコードの読み取りで
チャンネルのページに
移動できますよ!



URL: https://www.youtube.com/channel/UCP7YkP-1qiqM1-NdZ_RTZQ

編集後記

センターだよりを年4回発行し、各号とも発行時期に合わせた紙面づくりに努めてきました。今後も皆様の学びと生きがいをしっかりと支援できるよう、生涯学習の情報提供等をしてまいりますので、よろしくお願いいたします。

〈取材・編集〉

青森市中央市民センター1F
青森市生涯学習推進員室
TEL 017-734-0164 (内線 36)
荒川市民センター担当: 田中、奈良原