

# まほろば

戸山市民センターだより

発行 青森市戸山市民センター  
〒030-0957 青森市蛸沢 4-1-4  
TEL 017-743-0720  
FAX 017-764-0522



## 講座レポート

## キノコの不思議を知る講座 (9/1)

9月1日に戸山市民センターで「キノコの不思議を知る講座」が開催されました。講師は「青森県産きのこ図鑑」の著者、青森県きのこ会会長工藤伸一さんです。昔は、キノコは植物に含まれていましたが、現在は菌類として植物とは別にまとめられています。自然界では、倒木や落葉などを分解して、土に戻す重要な役割を担っています。例えば、石炭は今から3億年前のベルム紀以降生産されなくなるのですが、これは「樹木を分解する菌」が地球上に発生したからなのだそうです。キノコの発生には、気温と降水量が因果関係を持つとのことで、気温が上がったり、下がったりする年は「豊作」にはならないとのことでした。

キノコを食べるのが好きな人は「西日本よりも東日本に多い。」西日本の方はマツタケ以外のキノコは名前を知らない?とか。北日本の人々にとって、キノコは森の恵みだったわけです。

縄文時代の土製品に「スタンプ形土製品」と呼ばれているものがあり、よくよく調べてみたら、その中にキノコを形作ったものが見つかり、その土製品と本物のキノコの写真を見比べるとまるで「土でできた模型」のようです。どのように使われたのでしょうか。毒キノコのお話では、売られていたキノコに毒キノコが混じていた例もあるそうです。県内で名前の付けられているキノコは約800種、20~30種が分かれば「名人級」とのこと。なんともキノコの世界は奥の深いものでした。



キノコ形土製品と本物のキノコ

## 市民センターから

## ゴーヤで緑のカーテンを育てよう 6/18、9/3

6月18日地球温暖化防止対策講座「ゴーヤで緑のカーテンを育てよう」を開催し、12家族が参加しました。青森市ストップ温暖化センターさんの指導のもと、当センターは正面出入り脇に10株の苗を植え付けしました。

今年初めての挑戦です。朝夕の水やり、摘心、追肥、花摘みなど、ゴーヤを育てるため毎日観察しながら作業をしました。

緑の葉のカーテンの内側と外側の温度測定をしてみると、3℃前後違いました。見事なカーテンの効果がありました。

8月に入ると、長さ15センチ太さ5cmほどのゴーヤが何本も実りました。9月3日にはゴーヤを使った料理教室を開催し、少し苦手だった方も好きだった方もますますゴーヤファンになったようです。



## エコクラフトで おしゃれバッグを作ろう (9/6)

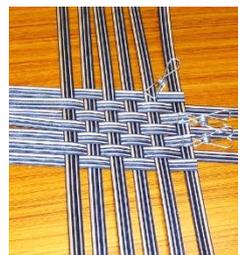
9月6日に「エコクラフトでおしゃれバッグを作ろう」の講座が開催されました。この講座は4回に分けて、クラフトバンドを使ってバッグを作ろうというものです。素材となるクラフトバンドは牛乳パックなどの再生紙から”ひも”を作ってそれを貼り合わせてできています。このため、「エコクラフト」と呼ばれています。講師の吉田まり子さんは、戸山市民センターで毎週火曜日「趣味の会」でエコクラフトなどの手工芸づくりをされています。干支の人形や髪飾りも作られているそうです。



第1回目は、バッグの底の部分を作りました。参加者に配布したクラフトバンドは、長さとお数を揃えて番号を振ってまとめてあり、初心者でも扱いやすいように配慮がされていました。縦のバンドはバッグの正面と背面になり、横のバンドはバッグの側面になります。それを上下にくぐらせて編んでいきます。

底の部分が編みあがったら、上下左右の端のバンドの重なっている部分を木工用ボンドを使って貼り合わせていきます。その後で、縦横の端にバンドを重ねて貼り付けて、バッグの底を補強しました。

2回目は側面、3回目はバッグ上部の編み上げと取っ手づくり、4回目はバッグの上部の飾り編みと全体の仕上げと進んでいく予定です。きっと素敵なバッグができ上がることでしょう。



吉田講師の編み方指導



## お勧め講座・イベントのご案内! (10~11月)

### からだ矯正! 背骨の歪みを整えよう!

開催日: 10月26日、11月2、9日(水)  
10:00~12:00 ※3回シリーズ  
対象: 18歳以上  
講師: 背骨コンディショニングインストラクター 直井友子  
会場: 2階 大広間  
定員: 15人 参加費: 無料  
準備物: 動きやすい服装、フェイスタオル2枚、  
ヨガマット、水分補給用飲み物  
~不調改善を目指します♪~  
※広報あおもり 10.1号掲載

### 地域包括支援センターって知ってますか?

開催日: 11月15日(火)  
10:00~12:00  
対象: 18歳以上  
講師: 青森市高齢者支援課  
三上 敦子  
会場: 2階 大会議室  
定員: 20人  
参加費: 無料  
準備物: 筆記用具  
~高齢者サービスをもっと知りましょう~  
※広報あおもり 10.1号掲載



### 編集後記

市民センターご利用の際には、人と人との距離の確保、マスクの着用、手洗い・手指消毒をお願いしています。ご理解とご協力をお願いいたします。当館においても、館内の消毒を行うなど感染対策を徹底し、安全・安心の確保に配慮しながら皆様の学習活動の推進に今後も取り組んでまいります。

### 〈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)  
戸山市民センター担当: 田中、奈良原