

# あすなる

北部地区農村環境改善センター通信

発行 青森市北部地区  
農村環境改善センター  
〒038-0054 青森市奥内字宮田 41-3  
TEL 017-754-2244  
FAX 017-754-2244



## 【講座レポート】 JA 奥内地区女性部が教える「かぼちゃ餅」



12月16日開催

### 【材料】(餅30個分)

1. かぼちゃ(皮なし)275g
2. あずき 375g  
(ざらめ 400g、塩 適量)
3. もち粉 750g
4. でん粉 適量

寒波が押し寄せたにも関わらず、青森市内各地から16名の受講者が集まり開催されました。講師は、JA奥内地区女性部清水町会の高森細子さん他3名の方です。研修室で吉田業務員から新型コロナウイルス感染防止対策の説明と講師の紹介、講師によるレシピの説明の後に、調理実習室に移動して「かぼちゃ餅」作りが始まりました。

作り方は、①蒸し器でかぼちゃを蒸します。(ポイントはかぼちゃに箸が通るまで蒸す)。②蒸したかぼちゃをもち粉に混ぜ、ぬるま湯を入れながらこねる。(ポイントはかぼちゃの粒がなくなったら少しずつ湯を入れてこねる。耳たぶくらいの硬さまでこねる)。③耳たぶくらいの硬さになったら、適当な大きさにちぎって丸め、真ん中にくぼみをつけ、熱湯に入れる。④熱湯に入れお餅が浮かんできたら、10秒程度待ち、お湯からあげて水に入れ、ぬめりを取り、箸にあげて水を切る。(ポイントはぬめりを取る時、水に入れ過ぎない。さっとぬめりを取る)。

⑤箸からボールに移してひとかたまりにし、形がなくなるまでこねる。  
⑥出来上がった餅を大きさが均等になるようにちぎり、あんこを入れ閉じる。出来上がり。

今回は感染症対策を十分に施して1個だけ味見をして、残りは家に持ち帰って食べることにしました。受講者からは「準備が大変だったでしょう。家でもいろんなものを作りたい」「テーブルに一人ずつ講師の方が付いてくれたので、作りやすかったです」等の感想をいただきました。



適当な大きさにちぎる受講者

令和3年度

## 青森市民大学新入生募集!



令和3年度から寿大学と女性大学が統合し、年齢・性別を問わない学びの場として、「青森市民大学」に生まれ変わります!!

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

【修学年限】大学4年/大学院2年

※過去に寿大学、女性大学を卒業した方の再入学はできません。

◎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1日号の「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。



カローリングの説明を聞く学生

# 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しました

新型コロナウイルス感染症の影響で、講座の開始が7月以降となり、活動にも色々な制限が加えられました。そのような中で各市民センターでは「新しい生活様式」に対応しながら、多くの市民の皆様への学習機会提供に努めました。コロナ禍にあっても一人一人の学習活動が豊かなものになるよう、今後も様々な講座や情報提供を進めてまいります。

## 中央市民センター



青森市産のイタリア野菜 aovege で作る！ちょっとオシャレな本格イタリアン (10/17)

## 東部市民センター



エアロビクス&ストレッチ  
～一緒に脳も活性化～  
(1/9 1/16 1/23 1/30)

## 戸山市民センター



LIVE 戸山  
みんなで語ろう 住みよい町づくり (10/23)

## 横内市民センター



横内地区のふしぎ発見～横内地区神社仏閣探訪～(10/23)

## 大野市民センター



レクリエーションダンス (リズムに乗って楽しく健康づくり♪)  
(11/12 11/19 11/26)

## 荒川市民センター



キッズプログラミング教室(7/29～7/31)

## 古川市民センター



お正月花  
若松1本  
短穂松1本  
ストレチア1本  
オングジュム1本  
葉ボタン2本  
南天の実

お正月用生け花講座  
(12/28)

## 沖館市民センター



みんなで防災・減災！～自然災害から命を守るために知ってほしいこと～  
(9/19)

## 油川市民センター



盆踊りをマスターしよう！(8/19～8/21)

## 西部市民センター



親子で作ろう！クリスマスケーキ (12/24)

## 北部市民センター



知って安心！コロナ禍での災害時避難「講義」と「段ボールベット組立」 (1/20)

各市民センターでは、令和3年度も、新型コロナウイルス感染症拡大予防を心がけ、市民の皆様への安全・安心を考慮しながら様々な講座を計画しています。「広報あおもり」等で講座情報を確認の上、積極的な受講をよろしくお願いいたします。

## 編集後記

新型コロナウイルス感染症が、生涯学習活動へも大きな影響を与えた1年でしたが、関係するたくさんの方々のおかげで市民センターだよりを計画通り4回発行し、市民の皆様への様々な生涯学習の情報を提供し、活動を支援することができたと思います。次年度もよろしくお願いいたします。北部市民センター担当：須藤、横内

〈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)