

# 阿蘇市公民館の分館活動紹介

地域特性を活かした市内12の分館活動をご紹介します。地域の活動に積極的に参加しましょう！



5

## 中通分館

園田 松三 分館長  
笹原 真一 主事

UCHINOMAKI

NAMINO

SAKANASHI

YAMADA

NAKADORI

OGAISHITOBU

MIYAJI

ASONISHI

OTOHIME

HEKISUI

YAKUNIBARU

KOJO



1

**中** 通分館では、「人との繋がりが、地域が人を創る」を観念に地域住民の健康づくり、体力強化、ふれあい活動を通じて校区住民の情報共有、親睦、融和が図れる活動をしています。

内容は、中通サロン（年3回）、校区対抗カローリング大会、グランドゴルフ大会、ペタンク大会、親善餅つき・そば打ち体験などを行っています。

中でも、親善餅つき・そば



2

打ち体験は地元お母さんたちの協力を得ながら、あそひかり幼稚園（全園児）・老人会・消防団など、校区の老若男女が集い和気あいあいの中開催され、毎年度好評を得ています。

カーリングのフロアー版として定着しているカローリング大会でも、参加者が常に100名を超える名物大会となっています。

『人との繋がりが、人が地域を創る。』先人から受け継が



3

れたこのフレーズが今も脈々と地区の方々に浸透し、さまざまな事業活動を行っています。小学校が統合され、子どもたちの話し声が少なくなつたのは寂しいですが、その分、地元の幼稚園の子どもたちや、各種合宿活動で公民館や体育館に訪れる子どもたちにも、元気をいただいています。

今後も地域一体となり『ふれあい、支え合う安全なまち中通』を継承していきたいと考えています。

①・②毎年好評の親善餅つき・そば打ち体験大会のようす  
③中通サロンのようす

## 鶏と夏野菜の焼き漬け

### 材 料 (4人分)

- 鶏胸肉 400g<sup>ア</sup> ●キュウリ 100g<sup>ア</sup> ●黄パプリカ 150g<sup>ア</sup>
- ニンジン 50g<sup>ア</sup> ●タマネギ 100g<sup>ア</sup>
- めんつゆ 1 かけ ●酢 大さじ 2
- 砂糖 大さじ 1 と 1/3 ●水 大さじ 2 } **A**
- 小麦粉 大さじ 2 ●サラダ油 大さじ 2

### 作り方

- 1 ボールに**A**を混ぜる。
- 2 キュウリ、パプリカを一口大の乱切りにする。ニンジンは薄いちょう切り、タマネギはくし形に切る。鶏肉の皮を取り、大きめの一口大のそぎ切りにする。
- 3 鶏肉に小麦粉をまぶし、フライパンにサラダ油を中火で熱し、鶏肉を並べ入れる。両面を薄く焼き色がつくまで1分30秒くらい焼き、**A**に入れる。
- 4 フライパンを再び中火で熱し、パプリカを並べて両面2分くらいずつ焼き、**A**に加える。
- 5 ニンジン、タマネギ、キュウリをさっと炒め、**A**に加える。粗熱がとれるまでつけて味をなじませ、器に盛る。



簡単に野菜を多くとることができる料理です。他の野菜でも代用できるため、手軽に作ることができます。

園一の宮保健センター ☎ 22-5088



かほ  
**佐藤 佳保**さん (20歳) 住所：宮地  
坂梨ハートクリニック 勤務

- 趣味** 読書
- 好きな言葉** 一期一会
- 好きな男性のタイプ** 優しい人
- 阿蘇の好きなところ** 自然
- 仕事の内容** 医療事務、受付
- 仕事で日頃から心がけていること** あいさつ

**職場のPR** 有床の強化型在宅支援診療所として、患者様に健康で明るい生活を送っていただけるよう、外来、入院、在宅医療を提供します。