

♪ 趣味 ♪
生きがい
仲間作り

八尾市 老人福祉センター だより



発行 第九号
八尾市老人福祉センター
八尾市本町2丁目4番10号
Tel 072-924-8658

三市カラオケ交流会

平成28年1月27日(水)午前10時から、当

老人福祉センター3階大広間において、三市

(八尾 柏原 松原)カラオケ交流会を開催し、

48名の方が参加されました。当老人センター

のカラオケ同好会からも8名の方に参加して

頂き、一日楽しく過ごして頂きました。

カラオケ同好会のリーダーさん方には、当日

の司会及び音響操作に携わって頂きありがと

うございました。



みんなで記念撮影しました(*^.^*)



「新年度にむけてのカラオケ同好会リーダーさん方による準備」
クラスごとに会員さんの出席簿、名前などを台紙に切り貼りし、ホッチキスでとめて作成していきま
す。一日間かけて全ての会員さんの準備をして下さ
いました。



八老劇団 お披露目公演

平成28年1月31日(日)当老人福祉センター3階大広間において、八老劇団による最新作「つば騒動」の公演がありました。

当日、午前の部では田中八尾市長からもご挨拶を頂き、午前、午後の2回公演で、300人近い人たちが観劇にこられ、大盛況のうちに終わりました。



「つば騒動」のあらすじ……

時は江戸の末期、とあるご城下のお話です。庶民の楽しみである「ごみの市」に現れたお城のお姫様と供の者から、お話が始まります。「ごみの市」で壺屋の親父がお姫様にお城に連れられ、壺をもらってきます。その頃、お城では壺を巡って大騒動が…一方ご城下では、いなせな瓦版売りがからんで想像のつかない結末に…



この時期、最も旬な…菜の花

菜の花は独特のほろ苦さと香りを味わう、緑黄色野菜の仲間。

一般的な食用の菜の花は、花つぼみ

の部分を取ったものですが、近年、葉茎のものも多く出回っており、おひたしや和え物、天ぷらなど多様な料理で味わえます。また、その栄養にも注目です。

とても栄養価の高い菜の花は、カルシウムや鉄分、特にビタミンのやぶカロチンの含有量は野菜の中でもトップクラスです。

花のつぼみには、植物がもつ栄養がたくさん詰まっているので、つぼみごと食べられる菜の花なら効率よく栄養を摂る「じゅが」がおすすめです。

春の到来を感じる菜の花のお話でした。



4月 各同好会の予定

1日(金) 委嘱状交付式

15日(金) 4月の誕生会

