

# 飛行船

A I R S H I P



TOKADAI  
育ち花咲く人のまち

VOL.123

2022年10月



令和3年度絵画コンクール金賞受賞作品 内田 侑来さん(陶保育園 年長) ※学年は受賞時のものです。

## CONTENTS

- キラリ!この人  
尾崎郁子
- いきいきサークル紹介  
ハロハロこどもサークル
- 桃花台センター発 情報ステーション  
第11回安全なまちづくりフェアinピアレ2022  
健康講座  
第1回みどりの教室 ほか
- イベントインフォメーション(10月~12月)
- 篠岡の自然散策⑥  
清水 豊
- お家時間を楽しむ お菓子作り!  
大野じゅん子料理教室 大野順子
- 俳句  
安藤 秋虹選
- あい・らぶMy Town Vol.66  
「こまくる」を使って出掛けよう!



# いきいき サークル 紹介

## 子どもたちの 健やかな成長を 見守りたい

地域協議会に参加していた代表の日榮順子さんは、自身の子どもたちが楽しんできた子供会がなくなって、子どもたちの元気な姿が地域で見られなくなりつつあることから、子どもたちが「自由に来、しゃべって、楽しめる」場を作る



代表の日榮さんは「学校や学年が違って、いろいろな人と関わることが大切です。年下の子どもたちのお世話をしたり、年上の子どもたちと一緒に遊んでみたり、



いろいろな体験、  
経験をさせてあげたい

うと考えました。市役所や福祉協議会に行き、相談したり、打合せをしたりして、令和3年10月に、友人の長江志津代さん、知人の深谷純子さんの3人で「ハロハロこどもサークル」を設立しました。



地域の中でさまざまな体験や交流ができるといいですね。子どもたちを見ていて本当に楽しい」と話します。そして、先輩お母さんとして「お母さんも一緒に来て、私たちとしゃべったりしてほしい」と子どもとは別に、息抜きの場を提供したいと考えています。ハロ



夏休み学習会(読書感想文を書こう)では、読書感想文の書き方をアドバイスする資料も日榮さんが作りました。子どもたちには大好評でした。

写真左から深谷純子さん、日榮順子さん、長江志津代さん、佐々木靖子さん、

活動は、月1回程度、工作教室や夏休み学習会(読書感想文を書こう)、クリスマス会や正月遊びを知ろう!など子どもたちの興味があることを考えながら城山会館で開催しています。工作教室など別途、費用が掛かる場合もあります。



活動はまだ、  
始まったばかり

強さを物語っています。女の子の思うことを一緒に実現していきたいと思つた。がつちり信頼関係がありますから」と、メンバーの結束の強さ、子どもへの思いの強さを物語っています。



工作教室で作ったジグソーパズルを友達と交換して遊びました。



クリスマス会のときの様子

ハロこどもサークルに子どもと参加したお母さんの中には意気投合し、仲間として活動を始めた人もいます。メンバーの一人・長江さんは、代表の日榮さんとは、昔からのお茶のみ友達だったそうで、いろいろ話をする中で、「自分たちのやってみたいことが一致したから、参加することになった」と話し、深谷さんは、以前から城山会館のスタッフだったけれど、日榮さんたちの活動趣旨に賛同して、仲間になったそう。2人は口を揃えて「日榮さんのパワーはすごいです。彼女の思うことを一緒に実現していきたいと思つた。がつちり信頼関係がありますから」と、メンバーの結束の強さ、子どもへの思いの強さを物語っています。



代表  
日榮順子さん(城山3区)  
問合せ  
☎0568-78-1859

### 10月の催し予定

場 所: 城山会館  
日 時: 10月23日(日)  
13:30~15:30  
参加費: 100円(お菓子代、材料代)  
内 容: ハロウィンランタン作り  
7色に光るライトに粘土をつけてオリジナルランタンを作ろう!

※問合せは、代表・日榮さんまで電話で連絡(留守番電話メッセージでも可)

## 絵画コンクール 金賞おめでとう!!

桃花台センターが主催する令和4年度地域交流事業「絵画コンクール」において、たくさんの応募作品の中から金賞を受賞された3作品を紹介します。



福田 心音さん  
光ヶ丘小学校 3年

酒井 順平さん  
あおぞら幼稚園 年長

大脇 久未さん  
小木保育園 年長

特別賞【金賞・銀賞・銅賞】及び入選受賞作品を展示します。園児と児童による元気あふれる作品をぜひご覧ください。

◆展示期間 9月23日(金・祝)～10月2日(日)

◆展示場所 ピアアレ広場(桃花台ピアアレ2階)

## 花と樹木のなんでも相談

花や樹木の病害虫の防除や施肥の方法など、花や樹木に関する様々なご相談に応じます。

日時 10月21日(金)  
11月18日(金)  
12月16日(金)  
いずれも10:00～12:00

場所 ピアアレ広場(桃花台ピアアレ2階)

相談員 愛知県樹木医会会員・あいあいガーデニング

問合せ (一財)桃花台センター ☎0568-79-1330  
土・日・祝日を除く 9:00～17:00



相談者  
先着10名様に  
粗品進呈



## 第3回桃花台音楽まつり ショパンピアノコンサート

～その詩情と幻想を追って～

「桃花台を考える会」では、私たちが住むまち桃花台が、さらに住みよいまちになるよう、まちの魅力をつくりだし、新しい住民が住みたいと思うまちづくりを目指して活動を続けています。

本年度最初の開催は、地元出身のピアニスト前田さんの華麗なピアノ演奏をお聴きいただき、ピアノの美しい音色でコロナ疲れを癒し、住民のつながりや日常の回復の一助になればと企画いたしました。

皆様には生演奏の魅力をたっぷり堪能いただけたらと思っておりますので、お楽しみください。(感染防止の観点からマスクの着用をお願いします。)

日時 11月20日(日) 14:00開演(13:15開場)  
場所 東部市民センター 講堂  
演奏 前田 陽一朗氏  
定員 300名(先着順)当日12:15～整理券配布  
料金 無料  
共催 桃花台を考える会、小牧市  
問合せ 建部 ☎090-4259-4868 前田 陽一朗氏



## 噴水・せせらぎの点検

桃花台中央公園の水の修景施設として親しまれている噴水・せせらぎの水が、ポンプなどの機械点検及び清掃のために休止します。

ご迷惑をお掛けしますがご協力をお願いします。

10月 6日(木)、20日(木)  
11月 10日(木)、24日(木)  
12月 22日(木)



※荒天の場合は変更する場合があります。冬季12月～2月は親水休止。

# 桃花台センター発 情報ステーション

## 第11回 安全なまちづくりフェア in ピアアレ 2022

\*防犯、交通安全、防災など警察の活動について体験広報ブースの展覧など、様々なイベントを行います。

日時 10月15日(土) 10:00～16:00  
場所 ピアアレ広場(桃花台ピアアレ2階)  
内容 ●愛知県警察音楽隊の演奏  
●パトカーの展示  
●コノハけいぶがやってくる  
●防犯及び交通安全に関する催事



## 健康講座 受講生募集

### ◆膝痛・腰痛・肩こりの楽しい予防体操◆

「つらい運動」ではなく、日常生活の中で「ついでにできる運動」など、簡単♪楽しい♪を合言葉に身体を動かしてみませんか?膝痛・腰痛・肩こりの予防ができますよ。4人の健康運動指導士の先生に、皆さんの日頃の疑問・質問に答えてもらいながら、予防体操の指導をしてもらいましょう。皆さんの参加をお待ちしています!!

日時 11月19日(土) 10:00～12:00  
場所 小牧勤労センター 多目的ホール  
募集 70名 受講料 無料  
講師 健康運動指導士 菅原一子先生ほか  
持ち物 タオル・お茶・室内用シューズ・動きやすい服装で(マスクの着用をお願いします。)



応募先 〒485-0814 小牧市古雅一丁目1番  
(一財)桃花台センター「健康講座」係  
「往復はがき」に郵便番号・住所・氏名・電話番号・【健康体操】と記入のうえ応募下さい。一枚に2名まで応募できます。  
10月28日(金)締切(当日までに必着)

問合せ (一財)桃花台センター ☎0568-79-1330  
【土・日・祝日を除く 9:00～17:00】  
■応募者多数の場合は抽選といたします。

◆もれなくステキな  
参加賞あります!  
◆【超音波骨密度測定】  
が無料でできますよ!

## 第1回 みどりの教室 受講生募集

### ◆◆ お正月飾りを作ろう ◆◆

誰もが楽しめるオシャレなお正月飾り(ミニ門松1柱)を自分で作ってみよう!!

日時 12月17日(土) 10:00～11:30  
場所 小牧勤労センター 多目的ホール  
募集 40名 材料代 1,500円/1人  
講師 樹木医 鳥居 郁夫氏(補助員1名)  
持参物 筆記具、ゴム手袋か軍手・園芸用ハサミ・土入れスコップ・エプロン(マスクの着用をお願いします。)



写真はイメージです。

応募先 〒485-0814 小牧市古雅一丁目1番  
(一財)桃花台センター「第1回みどりの教室」係  
「往復はがき」に郵便番号・住所・氏名・電話番号・【ミニ門松】と記入のうえ応募下さい。一枚に2名まで応募できます。  
11月11日(金)締切(当日までに必着)

問合せ (一財)桃花台センター ☎0568-79-1330  
【土・日・祝日を除く 9:00～17:00】  
■応募者多数の場合は抽選といたします。  
席はセンターが指定いたします。

## イベントインフォメーション

2022年10月～12月

●小牧市 ☎0568・72・2101

●第43回小牧市民まつり  
小牧山会場・市民会館会場・駅前会場  
10月15日(土)、16日(日)

●第63回小牧市民美術展  
まなび創造館5階 アリーナ  
10月27日(土)～11月3日(木祝)

●青少年健全育成市民大会 市民会館  
11月13日(日)

●小牧駅周辺イルミネーション  
小牧駅前シボルロード・  
小牧市にぎわい広場  
12月1日(土)～

●第41回小牧市民駅伝競走大会  
パークアリーナ小牧を発着点とする  
市内周回コース  
12月11日(日)

●瀬戸市 ☎0561・82・7111

●第22回せとまるつとミュージアム大回遊  
ゆるり秋の築めぐり  
瀬戸市内全域(赤津・品野・水野エリアほか)  
11月12日(土)、13日(日)

●春日井市 ☎0568・81・5111

●第32回八ツまつり 二子山公園  
10月22日(土)  
※荒天中止時は23日(日)に順延

●第74回道風展  
春日井市役所、文化フォーラム春日井、  
道風記念館  
10月30日(日)～11月6日(日)

●2022春日井市民第九演奏会  
春日井市民会館  
12月4日(日)

●大山市 ☎0568・61・1800

●犬山キャンペーン(下期) 市内全域  
(令和5年2月28日(火))

●第19回犬山市産業振興祭  
「わいわい犬山フェスティバル」  
犬山市民文化会館など  
10月8日(土)、9日(日)

●からくり町巡り 犬山城下町  
10月22日(土)

●北名古屋市 ☎0568・22・1111

●企画展「南極絵巻  
―遠くのかを覚する旅―」  
旧加藤家住宅(北名古屋市中六ツ師)  
10月8日(土)～16日(日)

## 篠岡児童館の催し 10月~12月 【問合せ】 ☎0568-79-0690

毎週水曜日 休館 新型コロナウイルス感染状況に応じて、2部制、人数制限などを行う場合があります。詳しくは篠岡児童館ホームページ(右記QRコード)で確認してください。



- **リトミック**【対象】2~3歳児と保護者【定員】8組【日にち】第2月曜日【時間】11:00~11:30
- **赤ちゃんと一緒に産後ヨガ**【対象】2~6カ月の乳児親子【定員】8組【日にち】10/13(木)、12/8(木)【時間】13:30~15:00
- **イングリッシュシャワー**【対象】幼児と保護者【定員】8組【日にち】第2金曜日【時間】10:00~10:30
- **クラフトルーム**【対象】小学生以上【定員】8名【日にち】10/8(土)、11/12(土)、12/3(土)【時間】10:00~11:00
- **楽器であそぼ**【対象】2~3歳児と保護者【定員】8組【日にち】第4月曜日【時間】11:00~11:30
- **えいごであそぼ**【対象】幼児と保護者【定員】8組【日にち】第3金曜日【時間】10:00~10:30
- **インターナショナルあそび「ジュエリークイリングをつくろう!!」**【対象】小学生以上【定員】8名【日にち】10/22(土)、12/24(土)【時間】10:00~11:00
- **子育て世代包括支援センターの育児相談**【対象】乳幼児と保護者【定員】5組【日にち】10/28(金)【時間】10:00~11:15
- **ベビーマッサージ**【対象】2~6カ月の乳児と保護者【定員】5組【日にち】11/15(火)【時間】10:00~11:30
- **ワールドミュージック**【対象】幼児・小学生と保護者【定員】8組【日にち】12/10(土)【時間】11:00~11:30
- **あいあいサロン**【対象】乳幼児と保護者【定員】5組【日にち】11/17(木)【時間】10:30~11:30
- **赤ちゃんサロン**【対象】乳幼児と保護者【定員】6組【日にち】毎週水曜日・木曜日【時間】13:45~14:15

## 大城児童館の催し 10月~12月 【問合せ】 ☎0568-78-0046

毎週火曜日 休館 新型コロナウイルス感染状況に応じて、2部制、人数制限などを行う場合があります。詳しくは大城児童館ホームページ(右記QRコード)で確認してください。



- **英語であそぼ**【対象】幼児と保護者【定員】8組【日にち】10/14(金)、11/4(金)【時間】11:00~11:30
- **絵本でイングリッシュ**【対象】幼児と保護者【定員】8組【日にち】12/2(金)【時間】11:00~11:30
- **インターナショナルあそび「えいごでワンダーランド」**【対象】年少以上と保護者、小学生低学年【定員】8組【日にち】10/29(土)、11/12(土)、12/10(土)【時間】10:00~10:45
- **リトミック**【対象】2~3歳児と保護者【定員】10組【日にち】第1月曜日【時間】11:00~11:30
- **ベビーと一緒に産後ヨガ**【対象】2~10カ月児と保護者【定員】8組【日にち】11/14(月)【時間】13:30~15:00
- **クラフトルーム**【対象】小学生以上【定員】10名【日にち】10/22(土)、11/19(土)、12/17(土)【時間】10:00~11:00
- **イングリッシュシャワー**【対象】幼児と保護者【定員】各8組【日にち】第4金曜日【時間】10:00~10:30、11:00~11:30
- **ワールドミュージック**【対象】幼児と保護者【定員】8組【日にち】10/22(土)【時間】11:00~11:30
- **楽器であそぼ**【対象】2~3歳児と保護者【定員】10組【日にち】10/17(月)、12/19(月)【時間】11:00~11:30
- **楽器であそぼスペシャル**【対象】2~3歳児と保護者【定員】10組【日にち】11/21(月)【時間】11:00~11:30
- **ベビーマッサージ**【対象】2~6カ月児と保護者【定員】5組【日にち】10/20(木)【時間】10:00~11:30
- **子育て世代包括支援センターの育児相談&健康診断(虫歯相談)**【対象】乳幼児と保護者【定員】8組【日にち】11/18(金)【時間】10:00~11:15
- **ポルトガル語教室**【対象】小学生以上【定員】当日自由参加【日にち】毎週日曜日・水曜日【時間】日曜日は14:00~、水曜日は18:00~
- **赤ちゃんサロン**【対象】乳幼児と保護者【定員】当日自由参加【日にち】毎週水曜日・金曜日【時間】13:30~

新型コロナウイルスの感染状況により、イベント・催しが中止・変更になる場合があります。

## エコハウス・小牧 【問合せ】プラザハウス ☎0568-78-5016

〒485-0802 小牧市大字大草5786-83 FAX 0568-78-5061 E-mail:saisei@city.komaki.lg.jp

ところ プラザハウス

対象 市内在住・在勤・在学の方が優先  
※各教室は一部を除き1回で終了し、継続教室ではありません。

申込み 申し込み受付中、定員に満たない教室

は開催日前日まで申し込み可。希望教室名、参加日、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、保護者氏名(ふりがな、保護者同伴の場合)、年齢、学年、電話番号を一世帯ごとに記入し、はがき、FAX、メール又は直接プラザハウス窓口

※一人で複数の教室を申し込むことができます。詳しくは、小牧市ホームページ(QRコード)をご覧ください。



## 10月~12月 特別体験教室日程表 受講料無料

	教室名	日時	定員
★	布ぞうりを編んでみよう	10月25日(火)	各5人
		11月10日(木)	
★	スタンドグラスで キャンドルスタンドを作ろう ※2回で1つの作品を作ります	11月1・8日(火)	各5人
		11月18・25日(金)	
		12月14・21日(水)	
★	さき織りでマットを作ろう ※2回で1つの作品を作ります	10月21・28日(金)	各6人
		11月17・24日(木)	
#	とんぼ玉のリースを作ろう	10月19日(水)	各4人
		11月23日(水・祝)	
		12月8日(木)	
◆	ハロウィングラスを作ろう (サンドブラスト)	10月15日(土)	各10人
		10月16日(日)	
◆	季節(クリスマス)のお皿を作ろう (サンドブラスト)	11月27日(日)	各10人
		12月18日(日)	
◆	椿のお正月飾りを作ろう (紙すき)	12月24日(土)	各10人
		12月25日(日)	
◆	年賀状を作ろう (紙すき)	12月10日(土)	各10人
		12月11日(日)	
◆	星型リースを作ろう	12月3日(土)	各10人
		12月4日(日)	

★中学生以上 #小学4年生以上 ◆5歳以上  
対象年齢 (対象年齢は各講座の難易度を示しています)  
通常授業がある日は、小・中学生の方は参加できません

\*小学生以下は、保護者同伴で参加できます。  
保護者はお子さんの付き添いになります。  
保護者1名につき、お子さん2名まで参加可能です。  
\*教室に申し込みしていないお子さんを連れての参加はご遠慮下さい。



## 尾張北部権利擁護支援センター

### 成年後見制度に関する巡回相談

毎月第1火曜日に、相談員が東部市民センターに向向いて相談をお受けします。相談は1日3組(1組50分)で事前予約が必要です。

日にち 10月4日(火)、11月1日(火)、12月6日(火)

時間 ①13:30~14:20 ②14:30~15:20 ③15:30~16:20

場所 東部市民センター 会議室

問合せ・相談の予約 電話0568-74-5888 FAX0568-74-5855

※受付時間は、平日午前9時から午後5時(土日祝日・年末年始を除く)  
※手話通訳・要約筆記など配慮が必要な方はご連絡ください。  
※新型コロナウイルスの感染状況により、面談を中止する場合がありますが、電話等の方法でご相談を承ります。  
※巡回相談以外でも電話・FAX・オンラインによる相談を随時受け付けています。



ホームページ

市民参加型オリジナルダンス公演

「マイ葬式」

ダンサー・振付家の康本雅子さんと公募の出演者がコンテンポラリーダンスの作品を創り上げる、市民参加型の舞台公演を開催!1日だけのワークショップもあります。(要申込)



©松本成弘

**日時** 公演:11月6日(日) 14:00開演(13:15開場)  
 ワークショップ:10月9日(日) 14:00~15:00  
 チケット好評発売中!

**場所** 小牧市市民会館 大ホール  
**料金** 一般:1,500円 高校生以下:無料(要整理券)  
 ●一般のみアートフレンド会員割引あり

**出演** ダンス:康本雅子、合田友紀、公募による参加者の皆さん  
 音楽:ミウラ1号(風景音楽家)、田中志保(Vo.) 映像:小西小多郎

小曾根真  
 ピアノ・ソロ・コンサート

ジャズからクラシックまでジャンルを超えて世界の舞台で活躍し続ける小曾根真の華やかなステージです。



©Kazuyoshi Shimomura (AGENCE HIRATA)

**日時** 11月26日(土) 15:00開演(14:15開場)  
 チケット好評発売中!

**場所** 小牧市市民会館 大ホール  
**料金** P席 完売 S席 3,000円  
 A席 2,500円 B席 1,500円  
 U25(25歳以下) 各席種の半額(P席除く)  
 ●アートフレンド会員割引あり

**出演** 小曾根真

テーブルシアター  
 「三びきのやぎのがらがらどん」  
 児童館ツアー

演劇一座テーブルシアターが市内3つの児童館に出かけていきます。いつものあそび場が劇場に早変わり。目の前の演技に注目です。



**場所・日時** 篠岡児童館 12月24日(土) (2回公演)10:15開演、14:00開演  
 味岡児童館 12月25日(日) (1回公演)10:15開演  
 小牧児童館 12月26日(月) (2回公演)10:15開演、14:00開演  
 整理券一般発券:10月14日(金) 9:30~  
 無料(要整理券) ※整理券は1人2枚まで

**料金** 無料(要整理券)  
**出演** テーブルシアター(舞台音楽家:棚川寛子、俳優:森山冬子、三島景太、吉見亮)

フレッシュパーク

【問合せ】 ☎0568-78-1110

花ふれあい教室

- ①ハロウィンにちなんだ楽しいハングングバスケットを作ります。
- ②葉牡丹でまるめるリースを作ります。



**日時** ①10月8日(土) ②12月10日(土) いずれも10:00~12:00

**場所** フレッシュパークセンター

**募集人数** いずれも10名

**応募時期と方法** 尾張広域緑道のホームページと管理事務所でチラシを掲示いたします。その後、直接お電話ください。

**参加料** いずれも3,000円

**持ち物** 園芸用手袋・持ち帰り用の袋



青空ヨガ教室

講師を招いて、「美容と健康」を目的とし、幅広い年齢層、そして初心者にも取り組みやすいヨガを野外でします。



**日時** 10月11日(火)、25日(火)、11月8日(火)、22日(火)  
 いずれも10:00~11:00

**場所** フレッシュパークセンター **募集人数** 各回20名

**応募時期と方法** 尾張広域緑道のホームページと管理事務所でチラシを掲示いたします。その後、直接お電話ください。

**参加料** 1回500円

**持ち物** 大きめのバスタオル、又はヨガマット

フレッシュパーク開園30周年記念音楽祭

フレッシュパーク開園30周年を記念した音楽祭を開催します。  
 (音楽ライブ:生バンドと一緒に歌ってみよう。  
 写真クイズ:お菓子の景品あり、缶バッジ作り、水風船釣り等)  
 詳細は、尾張広域緑道のホームページでご案内します。



イメージ

**日にち** 11月6日(日)

《本庄ふれあいまつり中止のお知らせ》

今年度もピアレ広場(桃花台ピアレ2階)での「本庄ふれあいまつり」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止とさせていただきます。

**問合せ** 本庄授産所 小牧市大字本庄1440番地 ☎0568-78-5575

東部市民センター館内施設の利用制限について

- ・施設内設備のリニューアル工事に伴い、10月以降、図書室や講堂の利用が一部制限されます。
- ・日程等詳細は小牧市ホームページで確認してください。



篠岡の自然散策

⑥

清水 豊

〜食べごろを熟知〜

秋は実りの季節。四季の森では十月下旬になると柿の実が色づきはじめ、その実が熟した十一月にはメジロやヒヨドリが集まってきます。

赤い実をつける木は数多くありますが、野鳥たちに人気の高いのが果肉たっぷりの柿の実で、渋柿であっても構わず食べるように思います。くちばしでつつき、その部分が傷んだところに再び訪れ、その部分から実を食べるようすが観察できます。

甘柿と渋柿の違いについて、農林水産省のホームページに次のようがありました。

柿は甘柿(「富有」や「次郎」等)と渋柿(「西条」や「愛宕」等)に大別されます。

柿の渋みのもとには水溶性タンニンで、これが口の中で溶けると渋く感じます。

甘柿も効果のときには渋みがありますが、収穫時になるとタンニンが「水溶性」から「不溶性」へ変化するため、渋みがなくなります。

また、渋柿はアルコールや二酸化炭素を使って処理(渋抜き)することで、タンニンが「不溶性」に変化して甘くなります。干し柿にしても渋みは抜けます。

四季の森でゴンズイの実を食べるメジロも観察しま



ゴンズイの実を食べるメジロ



柿の実を食べるヒヨドリ



ゴンズイの花



柿の実を食べるメジロ

# お家時間を楽しむ お菓子作り!

お家にある調味料や食材で簡単に作れるお菓子を紹介する第2回目は、秋をテーマに皆、大好き「サツマイモ」のお菓子を紹介します。ちょっとひと手間加えるだけで、家族も驚く美味しいスイーツが出来上がり!ぜひ、挑戦してくださいね。

## 秋の味覚の 第2回 サツマイモを使って 「鬼まん」



【材料】  
8個分

- ・ホットケーキミックス …… 100g
- ・小麦粉 …… 40g
- ・牛乳 …… 90cc
- ・サツマイモ …… 1本(250g)
- ・アルミカップ …… 8枚
- ふきん または キッチンペーパー

作り方

- ① サツマイモは汚れを取って、1センチ角に切り、水にさらす。
- ② ボウルに牛乳を入れ、ホットケーキミックスと小麦粉を加える。
- ③ 木べらで軽く混ぜ、水切りしたサツマイモを入れて混ぜる。
- ④ アルミカップに分けて入れる。
- ⑤ 湯気の上上がった蒸し器に入れ、蓋にふきんをはさんで強火で15分蒸す。

※好みで甘納豆(60g)や栗(8粒)を入れてもおいしい。  
また、レーズン、ブルーベリーなどドライフルーツも合います。



大野 順子

大野じゅん子料理教室主宰。乳業メーカーのお客様相談室で勤務。乳製品を使った料理の開発・普及を担当し、和食に乳製品を取り入れた「乳(ニュー)和食」を提案。東海3県内の保健所・保健センターで栄養講座を開講。現在は、近隣保健センターで、栄養改善教室を担当。

大野 料理教室 小牧 検索

### サツマイモの話

#### ・紅あずま

関東859と黄金千貫という品種の交配。皮の色や形がきれい。水分は少なくホクホクとした食感。

#### ・鳴門金時

西日本を中心に作られている代表的な品種。上品な甘さと見た目の美しさがある。

#### ・安納芋

種子島の特産。甘味が強く、ねっとりした食感。焼きいもに最適。

#### ・むらさき芋

紫色の色素に含まれるアントシアニンは、ブルーベリーなどに含まれるポリフェノールの一種。活性酸素を抑える抗酸化化合物で、老化防止、視力機能を向上する働きがある。

#### ・黄金千貫

焼酎の原料となる。サラリとした甘みがある。



※美味しい時期は、9～11月。皮の色が鮮やかなもの、はりがあり、中央がふっくらしているものを選びましょう。寒さに弱いので、新聞紙に包んで冷暗所に保存します。

## 俳句

小牧市文芸協会顧問  
安藤敏幸(秋虹)選

木原照子(光ケ丘)

【評】「黄金射す稲刈りの香や」とは、稲刈りに対して最上級の敬意をこめた切れのある表現であります。加えて天地の加護を受けて「天匂ふ」と締め括り、スケールの大きい感謝の一句であります。

抱へれば里の温もり今年米

丸山敏恵(池之内)

【評】遠いふる里の両親兄弟から今年も新米が届けられました。思わず抱きかかえてしまいました。ふる里の温もりをひしひしと感じながら、おいしいご飯をいただいたことでしょうか。

木の実独楽目鼻をかいて名もつけて

久保田陽子(小木)

【評】「木の実独楽」とは団楽で作った独楽のことです。「目鼻をかいて名もつけて」と言われると、誰しも童心に帰ってしまいます。躍動感のあふれる楽句一句いっしょ。

足裏干す亀の仰向く小春かな

安藤秋虹(小牧原新田)

【評】「小春」とは冬のはじめの春のような日を言い、小春日、小六月ともいいます。句友の丁寧が次のような鬼と亀の会話を鑑賞してくれました。「ああ!大変!庭の段差で引っくり返った?」「亀「いやいや、この小春日和に仰向きで日光浴をしているのです。」と。」



# 「こまくる」を使って出掛けよう!

第2回では、桃花台地区の路線図やお得な情報をお知らせします。これをマスターすれば、「こまくる」の達人になれるかも! 上手に利用して、新しい何かを見つけに小牧を旅してみませんか。



## 第2回 こまくるの達人になる!

### バスロケーションシステムってなに。

バスに設置したGPSを利用して、バスの位置情報を確認し、発車時刻や遅延状況等の運行情報を提供するシステムです。下のQRコードを読み取ってご利用ください。また、パソコンからは「こまくるバスロケーションシステム」で検索することができます。



バスロケーションシステム

詳しい路線図は、下のQRコードを読み取ってください。



路線図

詳しくは小牧市のホームページをご確認ください。



小牧市ホームページ

「こまくる」には、お得がいっぱい! 見逃さずに利用してね。

**料金 大人200円、小学生100円で1日乗り放題!**

ですが、以下に該当する人は、**割引きや無料**になります。

- ①65歳以上の人は、無料です。  
乗車時に「65歳以上です!」と声を掛けるか、料金箱に掲示してある「65歳以上は無料です」というシールを指さしてください。
- ②幼児は無料です。
- ③身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を持っている人は、手帳を見せると本人と付添いの人(1人)が無料です。「ミライID」でも代用できます。
- ④妊産婦さんは、無料です。妊娠届出時に子育て世代包括支援センターで「マタニティフリーパス」をもらってください。
- ⑤青色の「こまきこども未来館フリーパス」を持っている市内在住の児童は、無料です。
- ⑥ウォーキングアプリ「alko」で「alkoカード」を提示すると、無料です。
- ⑦ピーチバス・名鉄バス(小牧市内を起終点とする区間)の定期券をお持ちの方は無料です。

他にも、「こまくる」からピーチバスへ乗り継ぐ場合、ピーチバスの乗車料金から50円割引されます。詳しくは小牧市ホームページをご確認ください。



## 桃花台エリアのバス路線

市内全23路線のうち7路線が運行しています。



### お知らせ

「キラリこの人」、「いきいきサークル紹介」の情報提供を募集しています。その他掲載記事の情報もお待ちしています。  
【連絡先=右欄に記載の桃花台センター飛行船担当。なお、掲載の可否、内容、時期などは当センターにお任せ願います。】



発行/一般財団法人 桃花台センター  
〒485-0814  
小牧市古雅一丁目1番 ピアール3階  
TEL=0568-79-1330  
FAX=0568-78-1239  
H.P.=https://tokadai-center.jp  
E-mail=zai-tokadai@poem.ocn.ne.jp

編集/エフデザインワークス株式会社  
〒485-0041  
小牧市小牧1-135 フジカネひまわりビル1F  
TEL=0568-65-7077  
FAX=0568-65-7270  
H.P.=http://f-designworks.com  
E-mail=info.fdw@gmail.com