

あいみ富有の里



～広報誌 第108号～

平成29年 9月 1日発行
発行元
あいみ富有の里地域振興協議会
広報誌編集委員会
問い合わせ先 64-3504
fuyuu350464@yahoo.co.jp

むら・まち支え合い共生 の里協働事業始まる

朝鍋川源流でアユのつかみ取りで交流

当協議会と米子市の就将地区自治連合会は、昨年度鳥取県の「むら・まち支え合い共生の里」事業の協定を結び、農作物の収穫体験や加工品販売等を通し、交流を実施。

共生の里事業は、遊休農地の活用や特産品づくりに取り組むこととしており、今年度交流の第一弾として、親水公園の朝鍋川源流で、アユのつかみ取りをして交流した。参加した児童は、「アユのつかみ取りは楽しかった。塩焼きもおいしかった。」と話していた。（裏面にはソバの播種、圃場管理の草刈りの記事を掲載）



竹で器・箸づくりにも挑戦！



みんなで支える農山村

遊休農地解消モデル 事業(そば栽培)

むら・まち支え合い共生の里事業
8月19日 参加者19人



恒例 盆花市



レジに長蛇の列・・・
8月11日えぶろんで盆花市開催



交流会

富有の風

1日一杯で体が変わる！

「たまねぎ氷・スムージー&スープ健康法」という本を買った。高血圧・高コレステロール等の改善と、私にピッタリのタイトルだったからだ。私のような方もおられると思い、レシピを紹介させていただくこととした。

＜たまねぎ氷の作り方＞

- 中程度のたまねぎ4個を皮をむき、芯をとる。
- ポリ袋に口を開けたまま入れ、耐熱皿で電子レンジ(600W)で20分間加熱し、少し冷ます。
- これを汁ごとミキサーに入れ、なめらかになるまで、攪拌する。(少し水を加えた方がスムーズになる。)
- 冷ました後、製氷皿へ入れラップをかけ、冷凍庫で凍らせ、ファスナー付の保存袋に入れ利用する。

使用例(1人前)

- ①高血圧改善
たまねぎ氷2個、バナナ50g、きゅうり50g、牛乳100cc
 - ②高コレステロール改善
たまねぎ氷2個、リンゴ50g(皮付き)、紫キャベツ50g、スキムミルク16g、水100cc
- ①、②とも全ての材料をミキサーに入れ、攪拌飲用する。簡単な所では、みそ汁の中や焼酎ロックの氷として、「たまねぎ氷」さえ作っておけば、いろいろ利用できる。これで無病息災間違いなし！?(H)
新メールアドレス: fuyuu350464@yahoo.co.jp

行事案内

- ★青空市
日時:9月10日(日)15:00～えぶろん
24日(日)10:00～町民グラウンド
- ★敬老会
日時:9月18日(月・祝)9:30～
場所:総合福祉センターいこい荘
- ★あいみ地区合同運動会
日時:9月24日(日)9:30～
場所:町民グラウンド
- ★まちの保健室
日時:9月28日(木)9:30～
場所:総合福祉センターいこい荘

地域活動の情報を
お寄せください・・・