

生涯学習 がんばっています!

コーヒーについて学び、楽しみ方が増えた女性。初めてミニテニスを体験し、スポーツを楽しんだ女性。

今回は生涯学習講座の「コーヒーをおいしく淹れよう」と、「ミニテニス教室」に参加された方の声を紹介します。

コーヒー教室に参加して

坪井 はる代さん

「生きがいタウン」でコーヒーをおいしく淹れようを見つけ、面白そうなので友達を誘い、受けてみることにした。二日間の講習である。

コーヒー豆の栽培場所が地球の赤道を中心にコーヒーベルトゾーンで栽培され生産国が六十くらいあると言う。アフリカ中近東・アジア太平洋・南米・中南米・カリブ海などで気温が二十度を超え、標高千メートルから二千メートル、収穫は一年に一、二回、焙煎(生豆を炒る加熱作業)の度合いにより味が酸味・マイルド・苦味などに浅煎・ライト・ミディアム・深煎りなどで味が変わるそう。

一番おいしい淹れ方は豆をその場で挽き、その場ですぐ煎る、そして頂く。お湯の最適温度は九十度から九十五度、熱くても温かくても苦くなったり渋くなったりする。

淹れ方は日本ではドリッップ式抽出が主流。コーヒーは利尿効果や胃酸分泌促進・血流を良くし、眠気を取って頭をスッキリさせてくれるそう。味を円やかにする白いフレッシュクリームや白いシユガーなどを併用するのも良い。食文化の三大美味しさは、一、炊きたて

ご飯、二、焼きたてパン、三、煎りたてコーヒーだと云われているそうです。とてもおいしいコーヒーをたくさん飲ませていただきました。



ミニテニス教室に参加して

熊代 栄子さん

毎年度、豊山中学校のPTA役員のグループ活動教養部にていろいろな種目がある中、今年ミニテニス教室でした。テニス自体体験した事のない私がラケットを手にした時、緊張とワクワク感がこみ上げてきてビーチボールより小さいボールをネットに向けてサーブを打った時の瞬間から久しぶりに楽しいスポーツに出逢えた実感しました。ルールは、サーブ権を決め一試合の勝敗が決まるまで、サーブ権の人は必ずサーブを打つ、ただサーブを打つのではなくこのサーブをコントロールするのも難しくセンターラインよりクロスして打たなくてはならなくて、簡単そうで難しくてセンターラインよりクロスして入らなかつた場合が連続でミスをする事も多く、結局0点のまま終わってしまった試合もありましたが、徐々にラケットにもボールにも慣れてきてコントロールも次第に掴む事も出来て相手チームともラリーが続くと必死にボールに食らいついて床に転がってしまうほど楽しく笑って無我夢中にプレーをしていました。

PTAの役員になった事がきっかけでこんなに楽しい教室とスポーツで和気あいあいと楽しく参加できたのも教えて下さった先生方とみな様方のおかげだと思います。最終日にはリーグ戦で優勝は出来なかつたものの四位でステキな景品も頂く事が出来ました。

運動をして心も身体もいい汗を流せてとても楽しかったです。



キッズレポート

感じやの気持ち

並松 悠姫さん

私は、三年生の時にスポーツ少年団卓球に入りました。はじめは、ラケットに小さい白い玉がなかなか当たらないところからのスタートでした。玉が当たるようにもなつても、相手の子とのラリーもなかなかできませんでした。練習は、毎週日曜日で、チーフの指導のもと友達とはげまし合いながら、三週間やってきました。試合に出ると一回戦負けでくやしい思いをたくさんしました。試合に負けてくやしかつたので、ときどき供用しせつを自分でかりて練習もしました。

今回の町民卓球大会 六年生の部でゆう勝。愛日大会 団体戦で準優勝という結果が出せてうれしかったです。

チーフや仲間たちと、一生けん命がんばってきた結果が、このゆう勝、準優勝につながったと思います。

チーフや仲間たちと練習してきたことは、しっかりと後はいちちにも伝えたいです。

チーフ、試合の時にお手伝いしてくださった方がた、卓球の仲間家族にも「ありがとう」という感じやの気持ちを送りたいです。

卓球は、とても楽しかったです。中学になつても、続けていきたいです。

