

(財)長浜文化スポーツ振興事業団からのお知らせ

ぶんスポちゃんねる!

【ぶんスポちゃんねる】は文化・スポーツの生きた情報をお届けします!

H22前期 長浜サンパレス講座受講生募集!

◆募集要項◆

【開講期間】 4月～9月 【対 象】 一般男女（一部講座を除く）
【申込期間】 3月7日(日)～13日(土)初日のみ8時30分受付開始
【申込方法】 所定の申込用紙（サンパレスに有）に記入のうえ、申し込んでください。（先着順）
【そ の 他】 電話、FAXによる申込、申込予約は受けません。
開館時間 平日・土曜：9時～21時30分 日曜・祝日：9時～17時
【問 合 せ】 長浜サンパレス(☎1444)
※サンパレス等に設置のチラシまたは<http://www.biwa.ne.jp/~bunspo/>をご覧ください。

講座名	開講日時	回数	受講料	定員	講座名	開講日時	回数	受講料	定員
ピラティス(午前)	月10:00～11:20	18回	11,000円	20人	日本料理	木18:30～20:30	12回	16,000円	18人
季節のスイーツ	月18:30～20:30	6回	11,000円	18人	みどりせんせいの食育料理	金10:00～12:00	12回	16,000円	18人
エアロビクス	火18:30～19:30	18回	10,000円	25人	カルチャー講座音読	金10:00～11:30	18回	13,000円	20人
親子リトミック	火10:00～11:00	12回	8,500円	15組	こども書道教室	金16:30～18:00	18回	15,000円	25人
書道・ペン習字	火13:30～15:30	18回	15,000円	25人	腹話術（中級）	金17:40～19:10	14回	12,000円	10人
ピラティス(夜)	火18:40～20:00	18回	11,000円	20人	腹話術（初級）	金19:30～21:00	14回	12,000円	10人
書道・ペン習字	水18:30～20:30	18回	15,000円	25人	ヨガ1	金19:00～20:20	18回	11,000円	20人
着物着付け	水19:00～21:00	10回	9,000円	20人	カラーコーディネート	土10:00～11:30	12回	12,000円	10人
太極拳（初心者）	水19:30～21:00	18回	11,000円	18人	ヨガ2（初心者）	土10:00～11:20	18回	11,000円	20人
イタリア料理	水18:30～20:30	6回	11,000円	18人	ヨガ3（経験者）	土11:30～12:50	18回	11,000円	20人
棒体操	木10:00～11:30	18回	10,000円	20人	洋画入門	土18:30～20:30	10回	10,000円	18人
ウォーキング	木18:30～20:00	18回	10,000円	15人	ピラティス(夜)	土19:00～20:20	18回	11,000円	20人
無国籍料理	木18:30～20:30	6回	11,000円	18人	キッズダンス1	日10:00～10:50	12回	8,500円	15人
					キッズダンス2	日11:00～12:00	12回	8,500円	15人

※各料理講座の開講日は重複しません。
※リトミックの対象は2、3歳児（4月1日現在）とその保護者です。
※キッズダンス1は小学1年～3年生。2は小学4年～6年生が対象です。

長浜で雪だるま



長浜市国際交流員
口ザリーナ

皆さんこんにちは！今年は去年に比べ雪の量がとても多かったですね！
ブラジルにいた頃は、テレビでしか雪を見たことがなかったので、「雪が降るところに住めたら楽しいだろうな」といつも思っていました。でも実際に住んでみると・・・楽しいどころか、すごく寒いです！雪が降っているときや積もっているところを見るととてもきれいなのですが、毎日こんなに寒いとちょっと嫌です。私は寒いのが苦手なので・・・。
小さな頃から、雪が降るところに住むことがあれば絶対に雪だるまを作りたい！と思っていました。

日本は四季のある国。冬を待ちわびましたが、去年は雪がそんなに積もらず、雪だるま作りは夢におわりました。
今年は去年とは打って変わり大雪。念願の雪だるまを作ることが出来ました！楽しかった♡
でも、やっぱり寒いのは苦手です。
さあ、冬もあと少しです。皆さん風邪をひかないように気をつけてください！

ワンポイント
ポルトガル語講座：
ボネコジネーヴェ
Boneco de neve
→雪だるま

お知らせ

人権ってなあに

参加体験型学習のススメ

人権学習の目的は「人権感覚を高めること」といわれます。
「人権感覚」は、知識を習得するだけでなく、体験や参加による学習で、より高まると考えられています。

あかるい
いきいきとした
うれしい
えがおになれる
おもしろい

人権学習をしたい！

話を聞くだけでなく、ゲーム感覚で、人権について学べばいいのになあ...

このような声にお応えできるよう、市では様々な学習メニューを用意しています。
その一つに、「人権クイズ」があります。
子ども会の行事や、自治会の夏祭りなどにあわせて実施されることも多く、自然に楽しく学べる人権学習の一つとして、好評です。
また、人権クイズの問題は、配布用としてペーパーでお渡しするほか、AI版（縦841mm×横594mm）のポスターサイズのパネルも、用意しています。
パネルタイプは、スタンプレリーのチェックポイント等としても、ご利用いただけます。
今回は、クイズの中から一例をご紹介します。

問
人権施策推進課
396
(☎6560
FAX 640



クイズは、「パート1」と「パート2」の2セットあります。
パート1は9問、パート2は12問です。

急な坂道を、汗だくになりながら重そうに荷車を引く二人に出会いました。
前で荷車を引いている人に、「たっさんの重そうな荷物で、大変ですね。後ろで押しているのは、息子さんですか？」と声をかけたところ、「そうです」
と答えてくれました。
そこで、後ろの子どもに、「お父さんのお手伝いをしていないの？偉いね。」と話しかけると、子どもは、「前にいるのは、お父さんじゃないよ」と言いました。

【問題】
荷車を引いている前の人は、後ろで押している子どもにとつてどういう関係の人でしょうか？

ぜひ、ご家族やお友達と一緒に考えてみてください。（答えは18頁）

コミュニティ活動の推進に役！

宝くじの助成を受けて、中之郷自治会が集会所の備品（会議用机、テーブル、イス、書庫、テレビなど）を購入されました。



▲購入された机とイス

※この助成は、宝くじの収益を地域に還元するため、（財）自治総合センターが実施されているものです。



宝くじは豊かさ築くチカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。

ねぎといかのぬた和え（酢みそ和え）

シリーズ

このコーナーでは、地産地消を身近な家庭料理から取り入れていただくために、地産でとれる旬の食材を使った料理のレシピを紹介しています。
今回はねぎ（葱）を使った料理を紹介します。

（ねぎ（葱））
ユリ科の葉菜で、宿根性の多年草。野菜として栽培されるのは1、2年生草で根深ねぎと葉ねぎに大別される。暑さ寒さに強く、適応性があり全国各地で栽培されている。根深ねぎより葉ねぎの方が糖質を除いてすべて含有量が多い。薬味や香味野菜として又、焼き物、煮物、揚げ物、鍋物、炒め物、汁の実などと用途は広く、和洋中どの料理にも使われます。

▼作り方
① いかは細く切り、酒炒りし、冷ましておきます。
② ねぎは茹いてまな板の上にとり、軽く塩をふります。手刀でめりりとり、3cmに切ります。
③ ①②を辛子酢みそで和えて、器に盛り、辛子酢みそは、みそ、酢、砂糖、とき辛子を混ぜ合わせます。

▼材料（4人分）
●ねぎ5本 ●いか100g
●西京みそ大1 ●酢大2
●砂糖大1と1/2 ●とき辛子小1
●酒少々



ねぎといかのぬた和え（酢みそ和え）

