

人・心・想をつなぐ いきいき上鳥羽プロジェクト

いきいき上鳥羽プロジェクト Act.4
とばベジマルシェ

令和2年12月20日(日)
いきいきセンター
コミュニティガーデン ohana

とばベジマルシェ開催!
“ニュースレターつなぐ”で紹介させていただいた地元農家さんのご協力で、新鮮野菜の即売会を行いました。

新鮮で美味しかった。

- ・生産者さんの『顔が見える』安心感が嬉しい。
- ・地元の野菜を直で買って日持ちがすごく良かった。
- ・新鮮な野菜が安く購入できてお買い得だった。
- ・ドクダミ茶を焼酎で割ったら、凄く美味しかった。

チューリップ(球根) 植え付け体験

3個の球根を植えてもらい、芽が出て花が咲くまで ohana 会がお世話をいたします。「時々来て世話をします。」と笑顔で帰られました。

春がくるのが楽しみ。



コロナウイルス感染防止のためソーシャルディスタンスを保ち、検温・アルコール消毒・マスクを着用して開催しました。

野菜のマルシェ・キッチンカーなどの催しに多くの方に来ていただき、皆さんと楽しいひと時を過ごしました。また、快く野菜やしめ縄の藁を提供していただいた地元農家さんにはとっても感謝しています。これも、いきいき上鳥羽プロジェクトのテーマである「人・心・想をつなぐ」を考え地道に活動してきた成果だと思っています。これからもよろしくお願いたします。

難しかったけど綺麗にできた!

ミニしめ縄づくり
感染防止、ソーシャルディスタンスに気をつけながらスタッフの手を借りて素敵なしめ縄を作りました。

- ・いろんな体験ができて楽しかった!
- ・またやって欲しい。
- ・楽しめたし、癒された。

ぜひお店にも行きたい!

Gori's Kitchen キッチンカー登場
今回、キッチンカーを依頼して焼きたて、あつあつの pizza をテイクアウトで販売しました。



2021.01
No.10

上鳥羽北部
“いきセン”
newsレター
つなぐ
人 心 想

京都市上鳥羽北部いきいき市民活動センター
京都市南区上鳥羽南唐戸町 62-2 〒601-8107
Tel. 075-691-9098 Fax. 075-662-0910
ktb-ikisen.jp/

上鳥羽の人・心・想を“つなぐ”
いきいき上鳥羽プロジェクト



詳しくは裏面へ

上鳥羽のイメージキャラクター
ネギトバちゃん

あけましておめでとうございます。いろいろな情報が飛び交う中、あたり前の日常が幸せなことだったと日々気づかされています。でも、このような時だからこそ夢を持って、自分のまわりの大切な人と共に生き残ることを1番の目標にして乗り越えられたらと思います。『いきいき上鳥羽プロジェクト』では、感染予防対策をして会議を行っており、今までの企画も大切に進めながら、新しい取り組みを模索しています。また地域の皆さまの元気な笑顔が見られることを楽しみにしています。



HASEGAWA

発行：京都市上鳥羽北部いきいき市民活動センター 2021年1月発行



この印刷物が不要になれば「雑がみ」として古紙回収等へ!



上鳥羽北部いきいき市民活動センター



GoTo いーとこ 上鳥羽のお店紹介
Gori's Kitchen
ゴリーズキッチン

ランチに、ディナーに気軽に立ち寄れる「大人カジュアルイタリアン」



契約農家の野菜をはじめ、京都産を中心にした良質食材をたっぷり使った本格イタリアンは、毎月新メニューがあり、いつ来られても新しい美味しさをご提供しています。石窯の炎でパリッとモチモチの石窯ピザは、ご注文いただいてから焼き上げます。

あつあつピザをお届け、キッチンカー始めました!

あなたのご自宅の駐車場へ、職場へ、マンションの駐車場へピザ釜をのせて伺います。ぜひご利用ください。※詳しくはお問い合わせください。



ランチ：平日 11:30 ~ 13:45 / 土日祝 11:30 ~ 14:30
ディナー：平日 18:00 ~ 23:00 / 土日祝 17:30 ~ 22:30
年中無休(臨時休業あり)
※営業時間に変更の可能性がありますので予めお問い合わせください。



Tel: 075-200-9304
goris-kitchen.com/
京都市南区上鳥羽菅田町65

●コミュニティ回収 ~ご協力よろしくお願いたします!~

《毎月第3日曜日/時間：10時~12時 場所：いきいきセンター前》

いきいき上鳥羽プロジェクトでは、古紙類などを地域で回収し、ごみ減量・リサイクルに取り組んでいます。

回収品目
古紙類(新聞・ダンボール・雑がみ・牛乳パック)

注) 現在、古着・古布は回収していません。



●●いきいき上鳥羽プロジェクトメンバー募集●●

プロジェクトで地域を変えよう!! 一緒に活動しませんか。

『上鳥羽をもっと楽しく元気なまちにするため、こんなことやってみたい』をコンセプトに、毎月第2木曜日の午後7時より、当センターにて楽しくおしゃべりしています。みんなの力で上鳥羽のまちを盛りあげましょう!!

上鳥羽の農業を考える

いきいき上鳥羽プロジェクト

私たちの生活の基本である「食」を支えるのは農業です。
そんな大切な農業、特に上鳥羽の農業について考えてみました。



京都市認定生産者
小西 亮さん

上鳥羽の九条ネギを「受け継いで、守り続けていくのが私の使命」と思っています。

私の家は曾祖父の代からの農家で、祖父は壬生菜を主力として農業を営み、父の代から九条ネギに切り替え、現在は九条ネギを中心にキャベツ、ほうれん草、水菜、小蕪などを栽培しています。

当初、私は農業をする気は全く無かったのですが、高校への進路を考えているとき、家が農業を営んでいることもあり、「農業高校に進学して勉強し、農業をするのも楽しいかな」と思ったのが農業をするキッカケになりました。

今回紹介する九条ネギですが、弘法大師が命名されたと思われ、独自の品種で辛味もありますが、大変柔らかく甘みの強い品種です。ひと昔前から年間を通して栽培されるようになりましたが、病害虫に弱いため、冬場の栽培に適しており、

12月中旬から3月下旬が一番美味しい旬の季節で、葉の筒の中にヌメリを多く含み、より一層甘みが強くなり、鍋物や焼き焼きなどに入れると最高に美味しいです。

近年は作る人が年々増え、病害虫の発生や連作障害に加え、異常気象による影響で年を追う毎に作り難くなり苦労しています。

今後の目標は、父の代から受け継ぐ九条ネギの品質を維持し、更なる品質向上を目指して自家採種を続け、京野菜ブランドである上鳥羽の九条ネギを守り続けていくことが私の使命だと思っています。

ぜひ皆さんも上鳥羽産の九条ネギを食べてみてください。



広々とした久御山の九条ネギの畑



九条ネギは、栽培から出荷までとても手間がかかります。収穫後は葉っぱが折れないよう注意深く運び、出荷までに選別や薄皮剥き、根切り、洗浄、袋詰めなどを全て手作業で行って、やっと出荷、店頭に並びます。

簡単レシピで
あなたも作って
みませんか？

京野菜レシピ 九条ネギの美味しい食べ方

小西さん家のネギ餅

お正月のお雑煮として、時短のおばんざいに、お夜食や小腹が空いた時にも、簡単に便利なレシピです。

作り方

- ・ネギは斜め切りにする
- ・だし汁に調味料を入れ、この時お餅も入れる。
- ・お餅が柔らかくなる前にネギを入れ、お餅、ネギが柔らかくなったらできあがりです。

材料 (2人分)

九条ネギ	お好み
だし汁	350ml
薄口醤油	小さじ1
酒	大さじ1
塩	少々
お餅	お好み



エム カフェ M cafe ~音楽で語る・繋がる~ (リモート発表会) 令和3年1月10日(日)

3組のグループにセンター会議室2で演奏していただき、ふれあいサロンやご自宅とZoomで繋がって鑑賞しました。ご自宅からの出演や楽しいお話もでき、コロナ感染防止対策をしながらでもリモートで繋がり、充実した時間を過ごすことを実感できる催しになりました。コロナの感染が終息するまでリモートで繋がりましょう！

Zoom画面



ふれあいサロン会場



サクソ
上原さん

らくらくピアノ
山本さん・石原さん



Zoom出演 山植さん



オカリナサークル

●ラジオ体操 (毎週金曜日・上調子公園, 島田公園にて)

上調子公園 午後4時~ / 島田公園 午後4時30分~

ラジオ体操は、マスク着用・ソーシャルディスタンスの確保など感染対策をしっかり行いながら実施しています。



上調子公園



島田公園

コミュニティガーデン ohana会 会員募集中!

一緒にガーデニング始めませんか!

お花を植えたり、育てたり、花や緑、土に触れ、自然を感じながら、健康的で楽しい活動を行っています。

京都ライオンズクラブ様の地域社会奉仕活動助成金をいただきました。

お年寄りや車椅子の方にもohanaに集まり、楽しんでいただけるよう、旧千本通り側のガーデン入口のスロープ化工事の費用として活用したいと思います。

※皆さま、ご入会、ご協力お願いいたします。
詳しくは、上鳥羽北部いききセン内 ohana会事務局まで
電話:075-691-9098



ohana会
(活動記録)
movie
2019-2020

上鳥羽北部いきき市民活動センター利用時間変更のご案内

京都府が緊急事態宣言の対象区域となったため1月18日(月)~2月7日(日)の期間開館時間を短縮させていただきます。

※緊急事態宣言の状況などにより延長の可能性がございます。

月曜日・水曜日~土曜日 10:00~20:00 (短縮)

日曜日(10:00~17:00) および 休館日(毎週火曜日)は変更ありません。

高齢者ふれあいサロン(2F)についても変更ありません。

ご理解ご協力いただきますよう、何卒よろしくお願いいたします。