



岡豊城の櫓の前で記念撮影

はや小南様となりまし



春の歩こう会

夜明けとなる諸々の出来事を土佐の偉人が画策した軌跡を訪ねて6万7千

次に久しぶりに高知城の石段を上がり天守閣に昇ってきま

たが五台山の植物園で特注の美味し

念写真を撮りました。高知城の石段といい、岡豊城の坂道といい、今ほど歩いたことはありませんでした。最後はスパーで小休止し、ほどこに買い物をして定刻4時に帰ってきました。高知市は小雨でしたが南国市は晴れていてびっくりました。数キロしか離れていないのに空は不思議ですね。みなさんお疲れさまでした。

(寄稿者・歩こう会会長 島崎宏明)

高知城歴史博物館・岡豊城櫓へ

久しぶりに高知城天守閣へも

3月から2年間にわたり開催される「志国高知幕末維新博」へ3月24日行ってきました。大政奉還百五十年、日本の夜明けとなる諸々の出来事を土佐の偉人が画策した軌跡を訪ねて6万7千

点にのぼる資料を見てきました。新しく出来た高知城歴史博物館で明治の息吹を感じ土佐からこんなに沢山の人が排出されたのだと改めて勉強になりました。この博物館は高知のランドマークとしての意義が大きいと思います。すばらしい建物です。

を食べ、ゆっくり休んだ後ワンパーク高知へ向かいました。到着してみると駐車場はガラガラで、入り口を見ると本日休園でした。まさか週中に休みがあるとは思っていませんでした。確認していませんでした。それではと帰り道でもあるので岡豊城の櫓を見ようというこ

ボウリング大会で小松春夫さん(包末)が優勝

岩村公民館のボウリング大会が、2月19日(日)ボウルかつらしまで約30名が参加して開催されました。

激戦の末、包末の小松春夫さんが優勝しました。おめでとうございます。



男の料理教室

楽しみは、作った料理の試食会

盛り付けもきれいな「野菜炒めの宝石箱や！」

3月18日(土)、男の料理教室に約20名が参加して開催されました。今日のメニューは

- イカ大根
- こんがりトロロいチの指導のもと、4つの料理班に分かれ、それぞれの料理メニュー
- と大島末子先生、和田美由紀先生
- 本日の講師の秋山美和子先生

和田コーチの優しい指導で

久保田さんもニコニコ顔です



に取りかかりました。作ってみると、少ない時間の中で、イカ大根の絶妙の味付けに感激。豚肉と玉ねぎにミニトマトにチーズをのせフライパンで焼いただけなのに感動的な美味しさ。手作りハンバーグの稀にみる美味しさ。野菜たっぷり炒め物は「野菜炒め」が玉ねぎ・シメジ・ピーマンの宝石箱のような仕上がりでした。

今回、特別に大島末子先生がメニュー外の「さば寿司」も加わり、「食べきれない美味しさ」参加者全員、満足！満足！でした。

(寄稿者・福船 和真一)

さすが大島末子さん手慣れた手つきで、さば寿司を完成させています。島崎館長と入交満さん、見えないで手伝って！