

## セカンドライフを豊かに！・・・趣味・学び

## 農園で育てた野菜を使った料理教室

定年退職後、地域になじみがなく家に引きこもりそうになる生活を心配した妻が見つけてくれた団体に入って、1年半ほど経ちました。

団体には「働く・学ぶ・楽しむ」をキーワードに様々なグループがあり、いくつかの活動に参加して今では忙しくしています。



その活動の一つに、家庭菜園・ガーデニングなどの情報交換をしながら、農園を借りて色々な野菜を育てている同好会があり、季節ごとに農園で採れた野菜を使って行う会員向け料理教室を開催しています。教室と言っても見よう見まねで、野菜を洗い、切り、具材を混ぜ、焼き、煮るなど和気あいあいと進めて、色々な工程を楽しむ会です。いつも調味料は目分量、出来上がりの味も大いに楽しんでいます。

献立は畑で出来た新鮮野菜をふんだんに使って・・・・

- ①ゴーヤチャンプル、②ニラ玉、③色々野菜と豚肉のせいろ蒸し、  
④ポテトサラダ、⑤自家製味噌のもろキュウ、⑥野菜たっぷりぶつかけソーメン、⑦白玉ぜんざい、と盛り沢山でした。



長い間料理は奥さんに任せ切りだった男性が退職後家庭に入ても、何もできないことがよくあります。シニア世代の家庭円満、そして自立した生活を送るため、料理を覚えることはとても大切で、楽しい。特に、畑で育てた野菜を自分の手で調理するという満足感で一杯でした。

サイトに掲載  
しています



## お札作りのこだわりを体験しました

県内にお札づくりのこだわりをリアルに体験でき、映像やパネル展示・体験装置を通じて、お札について楽しく学ぶことができる施設があると聞き、団体の仲間と一緒に工場見学をしました。JR 鴨宮駅から徒歩 15 分のところにある「国立印刷局小田原工場」は、印刷局の中でも最大規模・最新設備を備えた工場です。



高い塀が途切れたところにある正門では、入る前に身分証明書で本人確認を行います。そしてこの門を入ると、撮影禁止となります。

展示室にて印刷局の紹介（ビデオ／約 30 分）の後は、工場見学（撮影不可）でお札の印刷工程を見学（ガラス越し／約 20 分）し、その後展示場に戻り、偽造防止技術などお札のこだわりを体験（約 30 分）、記念撮影ができました。



## 東海道新幹線発祥之地～鴨宮駅

JR 鴨宮駅の駅前にある碑を見つけました。  
『新幹線開通前に鴨宮と綾瀬間が試験線となり、開業に際し本線の一部として使われ、当駅に隣接された試験基地は「鴨宮モデル線区」と呼ばれ、記念碑が建立されています。』と説明があります。



見学の詳しいことは、国立印刷局（小田原工場）のホームページで  
ご確認ください。→



サイトに掲載  
しています

