

夢抱き
輝く未来に
サクラ咲く



桃・赤組時

しいけれど、4月からはよいよ1年生。
希望に夢を膨らませ、たくさん友達をつかって楽しい学校生活を送ってください。なお、来年度、泉小学校には4人の児童が入学します。

祝 卒園

小倉保育所の園児2名が慣れ親しんだ保育所を巣立ちました。いっぱい遊んだ保育所に行けなくなるのはさみ



卒園時

いつまでも、
ず〜っと仲良し

い
ず
み

発行所
鬼北町立泉公民館
鬼北町岩谷 275
発行人 二宮恵一
電話 47-0353



入学時

今からいろいろな夢に向かっていく中で、時にはつまづくこともあるかもしれないけれど、今まで培ってきた持ち前の泉っ子パワーで頑張ってください。先生方や地域の方々はこれからも君たちを温かく見守り続けてくれるはずです。

4月からはよいよ中学生。
6年間の学校生活では保護者の方や先生方、地域の方々にも温かく見守られ、心も体もとても大きく成長しました。
泉小学校の児童4人が思い出す学び舎を後にしました。

祝 卒業



新たな船出。未来へ輝け、泉っ子



卒業時

2月11日、泉公民館で「親子クッキング教室」を行いました。当日は泉地区内外から10組24人の親子が参加。講師の山本静子氏の指導の下、「フォンダンショコラ」など計3品を調理しました。子どもたちはお母さんたちと一緒に楽しみながら具材を切ったり、こねたりしました。また、子どもたちは初めて会ったお友だちともすぐに仲良くなり、途中からは友だち同士でトッピング。和気あいあいとした中での調理はあっという間に完成しました。完成後はみんなで自分たちが作った料理をおいしくいただきました。

本日料理した「フォンダンショコラ」のレシピは下記のとおりですので、ご家庭で作られてみてはどうでしょうか。また、泉公民館のホームページにその他の料理のレシピも載せておりますので、興味のある方は検索してみてください。



☆今回のメニュー☆

- ①フォンダンショコラ ②グリーンミネストローネ ③フライパンピザ マルゲリータ風

フォンダンショコラ

☆材料（底の直径4×高さ5.5cmのプリン型6個分）

チョコレート	・・・	120g
バター（食塩不使用）	・・・	100g
溶き卵	・・・	Mサイズ2個分
砂糖	・・・	75g
薄力粉	・・・	50g
イチゴジャム	・・・	適量
ココアパウダー	・・・	適量
型塗り用バター、強力粉	・・・	各適量



●下準備

- 1 型の内側にバターを薄く刷毛で塗り、強力粉をふって余分な粉ははたき、冷蔵庫で20分以上冷やしておく。
- 2 薄力粉はふるっておく。
- 3 オーブンを200℃に予熱する。

☆作り方

- ① チョコレートは細かく刻み（タブレット状のものはそのままOK）ボウルに入れて湯煎でとかし、バターも加えてとかし。
- ② 別のボウルに卵と砂糖を入れ、泡立て器で白っぽくなるまでしっかりとすり混ぜ、①を加えて均一になるまで混ぜ合わせる。さらに薄力粉を加え、ゴムべらでしっかりと切るように混ぜ合わせる。
- ③ 型に均等に流し入れ、イチゴジャムを小さじ1程度入れる。
- ④ オーブンを180℃に設定しなおして8～9分間焼く。
- ⑤ 皿に盛ってココアパウダーをふる。

新型コロナウイルス感染症に備えて～一人ひとりができる対策を知っておきましょう～

感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスク着用を含む咳エチケット」です。



★新型コロナウイルスに感染しないようにするために

まずは石けんやアルコール消毒液などによる手洗いを行ってください。

咳などの症状がある方は、咳エチケットを行ってください。

また、持病がある方などは、上記に加えて、公共交通機関や人混みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。

(1)手洗い

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前など、こまめに手を洗います。

①手洗い

流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1

指の間を洗います。

2

手の甲をのばすようにこすります。

3

指先・爪の間を念入りにこすります。

4

指の間を洗います。

5

親指と手のひらをねじり洗いします。

6

手首も忘れずに洗います。

石けんできれいになったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

(2)普段の健康管理

普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきます。

(3)適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度（50～60％）を保ちます。

★ほかの人にうつさないために

くしゃみや咳が出るときは、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれませんので、次のようなエチケットを心がけましょう。

- ◎マスクを着用します。
- ◎ティッシュなどで鼻と口を覆います。
- ◎とっさの時は袖や上着の内側で覆います。
- ◎周囲の人からなるべく離れます。

正しいマスクの着用

1

鼻と口の両方を確実に覆う

2

ゴムひもを耳にかける

3

隙間がないよう鼻まで覆う

②咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう

✗

何もせずに咳やくしゃみをする

✗

咳やくしゃみを手でおさえる

○

マスクを着用する（口・鼻を覆う）

○

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

○

袖で口・鼻を覆う

マスクがない時

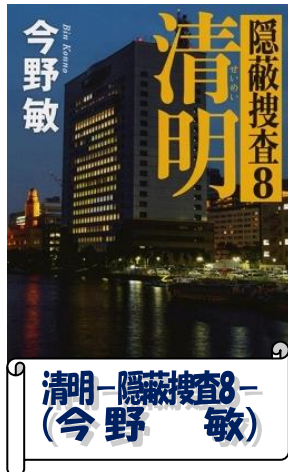
とっさの時

新刊情報



例年より早い桜の開花になりました。暖かい日差しの下でのんびりと読書を楽しんでみてはいかがでしょうか。

今回、泉公民館で新たに購入した本の一部を紹介いたします。今後も随時、図書の購入を予定しておりますので、読んでみたい本やお薦めの本がありましたら、泉公民館までご連絡ください。



神奈川県警刑事部長に着任した異色の警察官僚・竜崎伸也。着任早々、県境で死体遺棄事件が発生！警視庁の面々と再会するが、どこかやりにくさを感じる。さらに被害者は中国人と判明、公安と中国という巨大な壁が立ち上がる。大人気警察小説シリーズ、待望の新章開幕！！



本屋大賞 2020 ノミネート作品！！
推理作家として難事件を解決してきた香月史郎と心に傷を負った女性・城塚翡翠。二人が出会ったとき、誰もが予測不能な謎が生まれる！！
2019 年最驚のミステリ！！



新しい時代を迎えて今なお輝き続ける名女優・八千草薫さんのフォトエッセイ。
どんな時も、一生懸命に、楽しく、そして「いい加減」に人生をまっとうしたい……。そう豊かに歳を重ねている彼女の「自分らしい」生き方を綴った一冊です。

リフレッシュ泉・3B体操教室 生徒募集！！

3B体操はボール (Ball)、ベル (Bell)、ベルター (Belter) を使用する健康体操です。泉地区でも下記のように教室を開いています。肩こり・腰痛予防、転倒防止などにも効果がありますので、興味のある方は、ぜひ体験してみませんか？

- ◎日 時：毎週火曜日 19：30～20：30
- ◎場 所：泉公民館 2階 産業就業研修室
- ◎持参物：運動ができる服装、タオル、シューズ、水分補給飲料
- ◎受講料：月額2,000円（初回の体験は無料！！）
- ◎連絡先：公認指導者 今井智恵 (Tel：090-5910-9897)



4月・5月の行事予定

4月		5月	
2日	泉自治会区長会	8日	ふれあい農園事業播種・箱苗づくり
9日	泉自治会連絡協議会	12日	老人クラブ泉支部クローケー大会
14日	老人クラブ泉支部役員総会	14日	ふれあい農園事業トンネルづくり
15日	泉自治会総代会	15日	泉自治会連絡協議会
16日	泉自治会体育部会	15日	泉大運動会競技役員会
18日	たかのす学級開講式・太鼓教室	24日	泉大運動会
22日	泉大運動会実行委員会	26日	ふれあい体験学級クローケー大会
30日	自主防災組織連絡協議会	31日	泉地区統一環境美化デー

※あくまで予定ですので、急遽日程が変わる場合があります。

編集後記
立春も過ぎた先月18日、今年初の積雪がありました。小学校では児童たちが雪合戦をして大はしゃぎ！！反対に自分は慣れない雪かきに一苦労。しかし公民館の前には飾られたかわいらしい雪うさぎにつかれました。

(恵)