



—淡路の情報いっぱい！生活創造しんぶん—

月刊

ポケットあわじ



変幻自在 米粉 エボリューション

VOL.266

もくじ

P1 米粉バウム P2 米粉ロールケーキ・クッキー P3 グルテンフリーカフェ P4 米粉お好み焼き、コメピー P5 打越米穀店・米粉パン P6 北谷米穀店 P7 子育てポケット P8 淡路文化会館・淡路県民局からのお知らせ・淡路島くうみ協会からのお知らせ P9-12 淡路の文化活動・イベント情報

米粉のバウムクーヘン専門店

シルエラ シルクロ

CIRUELA CIRCULO



米粉はとってもデリケート。季節によって作り方を微調整しています。



2024春
バウムクーヘン博覧会で
「オニオンバウム」が準優勝！

大好評！
イートインコーナー



シルシルサブレ

シルシルバウムは、ギフトにしても喜ばれます！



鮎原米の米粉と、北坂養鶏場の卵、都美人の酒粕を使って地元ならではの鮮度にこだわった淡路島のおみやげを！との想いから、シルエラ・シルクロのバウムクーヘンが誕生。夕日が美しい慶野松原にあるお店は観光客や地元の方で賑わっています。お店の立ち上げからバウムクーヘン作りをしている戸村幸輝さんは「お米は美味しい鮎原米。店内で挽いて粉にしているので、よりしっとりした生地になり食感がいい。添加物、保存料もほとんど入れておらずグルテンフリーなので、小麦アレルギーや健康志向の方にも喜ばれています。でも米粉はデリケートなので、いまだに季節による湿度、温度の違いでうまく焼けないこともあり、火加減や焼き時間の調節に苦労しています。」と話します。

そんな苦労が実を結び、バウムクーヘン博覧会2024春で「南あわじのオニオンバウム」が準優勝。余った生地を使ったSDGsなシルシルサブレや、プレーン（ソフト、ハード）や酒粕、ふわふわチーズなどの定番シルシルバウムに加え9/1の2周年には新商品も企画中だそうです。店内ではカットしたバウムの上にソフトクリームが乗ったスイーツや飲み物もイートインできますので、海の帰りに寄ってみませんか？

(応援隊：濱田 泰美)



南あわじ市松帆古津路902
定休日：水曜
10:00~18:00
☎0799-37-3030



お菓子ラボ クークル

OKASHI LABO KUKULU

※ LABO 研究・模索 KUKULU 水平線・繋ぐ

2020年7月、オーナー夫妻はこの土地が気に入り即決で購入。コロナ禍で制限が多い時、甘くてキラキラしたお菓子は人々を幸せにすると考え、店頭販売のケーキ店「お菓子ラボ クークル」を開店。さらに、小麦アレルギーでケーキが食べられない人にも食べて欲しいと、砂糖不使用で米粉を使ったお菓子の研究（LABO）を始めました。

(※同一工場内で卵・小麦粉を含む製品を製造しています。)

淡路市佐野1641-1
☎0799-70-5313
営業日：月(不定休)・金・土・日
11:00~16:00
(Instagram要確認)

HPはこちら→



秋限定
米粉ロールケーキも
お楽しみに♪

パティシエ
西堀真司さん

オーナー
西堀美由紀さん

大阪で20年修行してきた
パティシエ 西堀 真司さんの
美しい季節のケーキ



島素材の米粉ロールケーキ・クッキー

米粉は淡路島で有機栽培された米から作ったものを三栄物産から購入。卵は洲本市五色町鮎原の島ノ環（しまのわ）ファームから購入するなど原料の段階から購入元を吟味し、食の安全と美味しさに配慮されていることが分かりました。砂糖は使用せず、ココナッツシュガーやデーツシロップを用いています。

【食レポ】

☆米粉100%のロールケーキは、直径10cm長さ18cm。「しっとり」きめの細かい、泡のような口どけ。あっさり爽やかな味です。少食の私でも、一度に一本全部食べられそうな感じです。お米の甘さ（ご飯をしっかり噛んだ時に感じる甘み）を感じます。食後の満足感も十分で、それでいて胃に重くないのがうれしいケーキです。米粉と言えば「もちり」感を連想しますが、もちりでなく「しっとり」の口どけが最高です。

★米粉焼き菓子（いちご、レモン、紫芋、抹茶）レモン、いちごどちらも酸味ですが、それぞれ異なる酸味で味覚が研ぎ澄まされる（深く味わいたくなる）味です。紫芋は塩味も少しあって、芋独特のアクを感じません。抹茶は濃い新茶の味わいです。アーモンドの細粒が入っており、それが刺激となって各々の味を深めているように感じました。4つのそれぞれ違う味が楽しめ引き立て合うおいしさ。KUKULU（繋ぐ）の名の通りの美味しいクッキーでした。



テラス席あり

知る人ぞ知るファンの多いお店KUKULU。友人知人からも高評価★★★★★。
☆～お見舞い～ 体調を崩していた時、母が買ってきてくれたケーキ。食欲がなくても食べられ、元気が出る甘さ、軽さで体調を回復しました。
☆～プレゼントに最適～ 箱や缶などのパッケージが、とてもかわいいので誕生日プレゼントに買っています。お土産やプレゼントにすると大好評(^_^)
☆～ご褒美ケーキ～ フォークを入れる楽しみのあるケーキ♪ケーキの一つ一つがかわいくて、フルーツも…。ケーキの切り口も美しく、ずっと眺めていたくなる、ドキドキさせてくれるケーキです。 (応援隊：米田 静子)



グルテンフリーカフェ こぼん copan



植物や雑貨販売、ものづくり教室にカフェを備えた複合施設が南あわじ市にできました。

ワークショップの案内や観葉植物、手作り雑貨に迎えられて店内へ。迎えてくれたのはカフェを担当する若きお二人。松浦翔太さん（27才）まゆこさん（27才）御夫妻。昨年冬まで福良のチャレンジショップで経験を積み、2024年1月に複合施設（福岡造園緑化敷地内）でカフェをオープンしたばかり。お店のメニューが米粉使用の製品のみと聞き、さっそく取材開始!!



淡路島産の米粉と
てんさい糖を使ったカヌレ



松浦 翔太さん まゆこさん夫妻



試作を重ねてできた
シュークリーム

クリームが優しいお味



米粉のケーキ

料理人として大阪で働いている時、毎日小麦粉を扱っていたせいかわ、翔太さんに小麦アレルギーの症状が現れるようになり、脱小麦粉を一念発起。そして二人で淡路の米粉を使ったショップを目指す事になりました。まず、まゆこさんの得意なシュークリームを米粉で作ることに挑戦。米粉は、お菓子作りには小麦粉より難しく、シュー皮がうまく膨らまなかったり、固すぎたり。気温差が出来上がりに大きく影響したり。諦めようと思うことも度々。その危機を救ったのは、翔太さんの得意だった「カヌレ」。何ヶ月もかけて二人で米粉のカヌレの試作を続けました。ようやく納得のいく米粉カヌレがお店で提供できるようになり、チャレンジショップを卒業して、FUKU copanへ移転。提供するスイーツに使用するのは、てんさい糖と淡路産の米粉です。

てんさい糖使用のカヌレは甘すぎず、すっきりとした甘さ。（応援隊感想）グルテンフリーなのでお腹にも優しいと高齢者にも人気。スイーツだけでなくグルテンフリーのランチも提供します。

「シュークリームを食べたことなかった」「誕生日ケーキが食べられる」と、小麦アレルギーをもつ人達の声が届きます。さらに卵や乳製品も省いたメニューも開発し、いろんな人に喜んでもらいたいと、若い二人は語ります。

（応援隊：村上 紀代美、坂本 厚子、川原 雅代）



観葉植物・リース
雑貨もかわいい♪

米粉のドリア



緑あふれる眺めのいい店内で
カラダに優しいティータイム♪
居心地のいいカフェです。



楽しい発見がいっぱい!



南あわじ市志知南185-2 TEL 080-4761-5111
営業時間 11:00~16:30 定休日 木・金
インスタグラムで詳細記載





米粉のお好み焼き

♪今回のほけっとクッキングは、米粉を使ったお好み焼きです。普段食べている小麦粉を使ったお好み焼きとどう違うのか検証してみました。



どちらが米粉のお好み焼きでしょう？

【材料（2人分）】
 米粉（小麦粉）100g、豚バラ薄切り肉100g、
 卵2個、キャベツ1/4個、細ねぎ4本、長芋30g、
 水90CC、和風顆粒だし小さじ1/3、紅生姜20g、
 サラダ油小さじ2、お好み焼きソース適量、マヨネーズ適量



作り方

- ①キャベツ、細ねぎ、紅生姜、豚肉を切り、長芋をすりおろす。
- ②ボウルに和風顆粒だし、水を入れて混ぜ、卵、長芋を加えて混ぜる。
- ③米粉（小麦粉）を入れて、なめらかになるまで混ぜる。
 キャベツ、細ねぎ、紅生姜を加えて混ぜ合わせる。
- ④鉄板を中火で熱し、③を入れて円形に広げ、豚肉を広げてのせる。
- ⑤火が通るまで焼いて器に盛って、トッピング。



米粉は粘りが強く、
 混ぜていても
 重い感じ



米粉のお好み焼きなら
 安心して食べられるね！

小麦アレルギー

【検証の結果】 お好み焼きの材料の粉を米粉パターンと小麦粉パターンに分けて用意し、同じ作り方で焼いていきます。米粉は小麦粉より色が白く片栗粉のような手触り。長芋を入れた段階では、米粉の方が粘りが強く、混ぜていても重い感じ。焼きあがる時間や見た目は、どちらもほぼ同じ。さて、気になるお味はどうでしょう？ 米粉パターンの方がややもっちり、なめらかな食感でした。どちらがお好みのお好み焼きか、お好みに焼いてみてください。（笑）

（応援隊：瀬戸 由美子）

答：左が米粉・右小麦粉 ※見た目はほぼ同じ



米粉のピンス焼き コメピー



今月は米粉特集、取材に行く日、いつも行くスーパーの店前にピンス焼き屋さんが来てました。いつもなら体重増加を気にして、お祭り以外は買うのを控えて、見て見ぬふりして、通り過ぎてるところですが、コメピーと書かれた看板、これはナイスタイミング！さっそく買い求めて、試食してみました。味は変わらないのですが、今までのピンス焼きより、しっかりと歯ごたえがあり3個程食べると満腹感が得られました。食べ過ぎの心配のある私にはありがたいです。淡路の同じ系列のスーパーを回っているそうですよ。コメピーを見かけたら是非食べてみて下さい。（応援隊：坂本 厚子）



米粉機

※ 加工用のお米が米粉になります。

1kgのお米が米粉になるのに約1時間かかります。

挽きたての米粉

打越米穀店
淡路市志筑1599-1
Tel 0799-62-0437
定休日：日曜

昭和6年創業 **打越米穀店**

今回は、昭和6年創業「打越米穀店」三代目店主である打越元久さんにご協力いただき、米粉についての話を伺ってきました。趣のある打越米穀店のショーウィンドウには米俵が3俵どっしりと構えており、米穀店であることが一目見てわかるようになっています。店内では地方色豊かに品揃えされた米が出迎えてくれて、作業場には大きな精米機とその側に米粉機が佇んでいます。

米には、普段私たちが食している主食用のものと加工用として生産されたものがあり、加工用米は主食用の米と混ざらないように保管する必要があるそうです。そして、加工用の米を高速で粉碎し続けることで米粉が出来上がり、1kgあたり約1時間の加工を要します。打越米穀店では指定した米の料金と加工料金を支払うことで米粉に加工することができます。米穀店以外にも米粉は販売されており、スーパーなどでも気軽に購入することができます。

毎朝食べたくなる **米粉食パン**

色々な種類の米粉

材料 米粉は大手スーパー、ドラッグストア、産直に売っています。

【材料】
米粉80g、強力粉170g、塩小さじ1杯、砂糖40g、バター50g、水170cc
ドライイースト 小さじ1と1/2
乾燥ワカメ10g、ちりめんじゃこ10g

作り方のポイント

ホームベーカリーを使って、小麦の食パンと同様に作ります。お米にあうワカメとちりめんじゃこを生地にいれてみました。

- ☆ ワカメは水に1時間つけて柔らかくする。
- ☆ ちりめんじゃこも水につけ塩分を抜きます。
- ☆ 米粉パンは小麦パンより、ふっくらと仕上げるのが難しく、少し硬めに焼きあがります。山型になりにくいので、焼きたては最高に美味です。

ホームベーカリー

感想

米粉パンは、もちもちとした食感。ほのかに甘みを感じられ、とても美味しかったです。ワカメとちりめんじゃこが入ってるので栄養面もバッチリです。ホームベーカリーで簡単に作れます。ぜひ、試してみてください。
(応援隊：岡 まさよ)

☆アジアの米粉麺☆

米粉麺は小麦麺に比べ、低脂質、低たんぱく、食塩不使用という特徴があり、比較的lowカロリーなのも魅力的。

アジア特有のパンチの効いた味付けで食欲アップ！

【タイ料理】パッタイ

【バトナム料理】フォー

【中国料理】ビーフン



北谷米穀店



米粉、餅粉は
石臼で挽いてます。



いびつ餅



ファンが多い
「北谷」のお餅
餡も旨いっ!



石臼で挽くと温度が上がらないので、
風味が落ちません。

お餅・あん餅



お米屋 おもち
北谷米穀店



洲本市本町7丁目3-39

電話0799-22-1178

営業時間8:00~18:00

定休日 日曜日



おはぎ



米粉



よもぎ餅



洲本地区でお餅屋さんといえば「北谷」といわれるくらい有名なお餅屋さんですが、店名は「北谷米穀店」とい
い、お米屋さんなのです。このお米屋さんは現在二代目店主の北谷良三さんが55年前に先代のお父さんの後を継ぎ、
米穀店とお餅の製造などを営んでいます。今は米穀店というより餅米などを使用した製品の製造販売が主力となっ
ています。

製造販売しているのは、お餅・あん餅・よもぎ餅・おはぎ・いびつ餅（サルトリイバラの葉っぱに挟んだあん
餅）・赤飯などですが、季節によってその種類が変わってきます。

北谷さんの作るお餅の特徴としては、使用する米粉や餅米粉、きな粉などは自家製で石臼を使って粉にしてい
ます。石臼を使うことによって粉に熱が加わらないため、粉本来の風味や味を落とさないとのことでした。

また製品に使うこし餡（あん）は生地を仕入れ、独自の割合の砂糖などを加えてまろやかな味に仕上げています。
北谷さんの製品は本町7丁目（幸町）にある店と市内のスーパーマルナカで購入することができます。

北谷さんは「国内産のお米を使い、自家製の粉で作った各種のお餅を食べてくださいね」と話されていました。
また各種のお餅などの注文に応じていますので、お問合せくださいね。

子どものころによく食べていたあん餅やよもぎ餅、いびつ餅などはとても懐かしい味、皆さんもぜひ食べてくだ
さいね。
（応援隊：田處 亓久）

米粉のサクサク天ぷら

天ぷらの衣
米粉120g+卵白1個+冷水140cc



～米粉で揚げ物～

揚げものの
カロリーダウンには
米粉ですよ。



フライの衣を
米粉にチェンジ

米粉で作った天ぷらは、時間が経った時のべたつきが少なく、揚げたてのサクサク感が持続します。ただ、衣が
つく量が少なめなので、素揚げに近い見た目になりがちです。小麦粉だとバラバラ事件が起こりやすい、かき揚げ
もサクッと上手にできました。米粉は油の吸収率が小麦粉より低いので、油の使用量も少なめでOK。また、フライ
物を作る時、素材にまぶす小麦粉を米粉に変えるとカロリーダウンになるので、こちらもおすすめです。

子育てポケット



プール大好き!

6ヶ月になるのを待ちかねてスイミングデビューした娘。いっちょまえに水着を着て、一生懸命に水にぷかぷか浮かんでいる姿、それだけで癒されます。教室に来ている同じ月齢ぐらいのベビー同士が、ほほ笑みあったりするのもかわいすぎ。

スイミングの日は、ぐっすり眠ってくれるし、わたしは運動できてリフレッシュ！娘は体も強くなったのか鼻水もほぼ出なくなりました。もちろんシャンプーの時、頭からお湯をかけてもへっちゃらです。なんとなくですが、プールの中でもお母さんがいるから大丈夫という気持ちが、娘の母に対する信頼を高めているような気がします。

いいことばかりのベビースイミング。レッスン中は親子のスキンシップも多いので親子の絆が深まります。

(ちいちゃんママ)

「子育てポケット」では、淡路島で育っていく子どもたちの日常を発信して参ります

淡路島にお住いで子育て中の皆さまからの投稿を大募集！！

「ポケットあわじ」でお子さまの日常や楽しかったことなどを紹介してみませんか？

メールで皆さまからのご応募お待ちしております♪

お気軽にお問い合わせください。

情報投稿先：淡路文化会館 兵藤宛

Mail：info-awabun@farm-group.com

問い合わせ：☎0799-85-1391 ☎0799-85-0400

〒656-1521 淡路市多賀600



美術展示企画

淡路文化会館からのお知らせ

淡路文化会館HP



池の上に佇む美術展示室と県民ギャラリーでは、1年を通して様々な美術展示企画を開催します。2024年美術展示年間カレンダーは淡路文化会館のホームページをご確認ください。

写真はR6年6月「野の花作品展」開催時の様子です



2024年9月～10月スケジュール

◆爽美会

展示期間:2024/9/3～2024/9/19

展示紹介:日本画の魅力がたくさん詰まった展示会となっています。日本画をもっとたくさんの人に知ってもらいたい。

◆第12回淡路花祭フォトコンテスト入賞作品展示会

展示期間:2024/9/4～2024/9/24

展示紹介:花の札所の魅力をテーマにしたフォトコンテストを実施し、優秀な作品を展示。

◆海辺の町へ・散歩の目(2テーマの写真展)

展示期間:2024/9/21～2024/10/3

展示紹介:海辺周辺のスナップ写真、風景写真など。散歩写真は文章を付けたもの。目的を決めずに撮る散歩写真の楽しさを伝えたい。

◆日本画セミナー色紙展

展示期間:2024/9/28～2024/10/9

展示紹介:淡路文化会館で行われる「日本画セミナー」受講生による色紙展。色紙に一人一人の個性を詰め込んだ作品展となっています。

淡路青少年本部からのお知らせ

●縁結び交流会参加者募集●

独身男女の出会いイベントを開催します。すてきな相手を見つけませんか。

【日時】令和6年10月20日(日)
13:00～16:00

【場所】洲本総合庁舎

【参加費】1,500円

【募集人数】男女各12人(応募者多数の場合は抽選)

【参加要件】25歳以上50歳以下で淡路島在住か在勤または淡路島出身の独身者

【申込締切】令和6年9月27日(金)



(申込フォーム→)



【申込み・問合せ】淡路青少年本部
【電話】0799-26-2150
【FAX】0799-24-6934



(一財)淡路島くにうみ協会からのお知らせ

☆令和6年度 第3回淡路島くにうみ講座

「暮らしに役立つ庭づくり」
～花や野菜を楽しもう～

- 講師 深町貴子 氏(園芸家)
- 日時 10月5日(土)13時30分～15時30分
- 場所 洲本市五色文化ホール
- 内容 暮らしに役立つ庭づくりについてお話しいたします (申込フォーム⇒)
- 定員 先着200名(無料) 事前予約制 締切:9月24日(火)



☆「第12回淡路花祭フォトコンテスト」 入賞作品展示

淡路島島内で「人と花の関わり」や「花の名所等の魅力」を表現した写真のコンテストに入選した作品の展示です。

■開催場所/日程

- ・淡路文化会館 9月4日(水)～9月24日(火)
- ・グランドニッコー淡路 9月26日(木)～10月17日(木)
- ・洲本市文化体育館 10月19日(土)～11月6日(水)
- ・美菜恋来屋 11月8日(金)～12月22日(日)

申込・問い合わせ先: (一財) 淡路島くにうみ協会
電話:0799-24-2001 FAX:0799-25-2521
Eメール: awajishima@kuniumi.or.jp
ホームページ: <https://www.kuniumi.or.jp>

インフォメーション



ご注意

各イベント開催予定が変更されることもあり
ますので、お出かけ前には、主催者にお問
合わせをされますようお願いいたします。

◆南あわじ市滝川記念美術館 玉青館

銅鐸礼賛 —地宝を訪ねて徳島—

〒656-0314
南あわじ市松帆西路1137-1
☎0799-36-2314
☎0799-36-5408



夏季特別展「銅鐸礼賛—地宝を訪ねて徳島—」

徳島の銅鐸を展示紹介いたします。銅鐸
祭祀に朱を取り入れた徳島の地域性に迫
ります。

夏休みどうたくワークショップ

7/20~9/1の期間に、ミニチュア铸造
体験・スタンドグラス風どうたく・レジ
ンなど様々なワークショップを全33回
開催します。詳しくは「南あわじ市 どう
たくワークショップ」で検索して下さい。

【日時】
7/6(土)~9/16(月祝)
・9:00~17:00(入館は16:30まで)
【休館日】
・月曜休館(月曜日が祝日の場合は翌日)
【料金】大人500円・高大生300円
小中生150円
※小中生は「ココロンカード」「のびの
びパスポート」利用可、入館無料
【問合せ】玉青館(0799-36-2314)

秋季特別展

秋季特別展
「縄文の情熱—祈りのカタチ—」展
令和6年9/19(木)~12/1(日)
カマン堂ちんげんさいの「珍元パラダ
イスIN淡路島 THE MOTTA
IS」展
令和6年9/19(木)~令和7年1/19
(日)

◆洲本市文化体育館

〒656-0021 洲本市塩屋1-1-17
☎0799-25-3321 ☎0799-25-3325
休火曜日休館 時9:00~21:00

真言法話の集い

淡路島内の住職によるお説法
【日時】9/11(水)13:30-16:00
【場所】会議室2C
【入場料等】入場無料
【お問い合わせ】淡路自治布教団
☎0799-50-5050
(萬勝寺)

令和6年度 第2回 淡路島くとうみ講座

講師：浦上 雅史 氏
(淡路島弁財天厳島神社宮司)
演題：万葉歌に詠まれた御食国 淡路
~なぜ淡路島は御食国と詠われたのか~
淡路島は古来海の幸、山の幸に恵まれ、
特に古墳時代から平安時代にかけて朝
廷に食料を献上する「御食国」として重
んじられました。なぜ淡路島は「御食国」
といわれるのか。今回の講座では、「食」
の観点から淡路島の歴史を深く掘り下
げていきます。

【日時】9/2(月)14:00-15:30
(受付13:30~)
【場所】会議室1A
【入場料等】受講料無料 締切8/23(金)
定員:150名

〈申込フォーム〉



(一財)淡路島くとうみ協会
☎0799-24-2001

交通安全ポスター 入賞作品展示

県下で募集した「児童・生徒の交通安全
ポスター」優秀作品の展示
【日時】9/21(土)-10/3(木)
【場所】エントランス
【入場料等】無料
【問い合わせ】洲本市役所消防防災課
☎0799-24-7623
(直通)

◆淡路人形座公演案内

9月公演案内

おかげさまで淡路人形座

設立60周年!

~この島で これからも~

- ◆10:00~/15:00~
「バックステージ」
「人形解説」「戎舞」
 - 11:10~/13:30~
「人形解説」
「傾城阿波の鳴門 順礼歌の段」
 - ◆10:00~/11:10~
13:30~/15:00~
「バックステージ」
「人形解説」「戎舞」
- ※上演内容は変更になる場合があります。
ご了承ください。

【定期公演】

10:00/11:10/13:30/15:00
30名様以上の場合、下記の時間帯で臨
時公演も可能です。
15日前までの事前予約が必要です。
【臨時公演】9:00/16:00

【料金】大人1,800円/中高生1,300円
小学生1,000円/幼児無料

【9月の休館日】

4日(水)、11日(水)、12日
(木)、18日(水)、19日(木)、
25日(水)、29日(日)

【申し込み・お問合せ】

〒656-0501南あわじ市福良甲1528
-1地先
☎0799-52-0260 ☎0799-52-
3072
Mail:awajiningyo@gmail.com





インフォメーション

ご注意

各イベント開催予定が変更されることもありますので、お出かけ前には、主催者にお問い合わせをされますようお願いいたします。

◆兵庫県立淡路夢舞台公苑温室 あわじグリーン館

〒656-2306 淡路市夢舞台4

☎0799-74-1200

☎0799-74-1201

10:00～18:00(最終受付17:30)

淡路夢舞台公苑温室「あわじグリーン館」は大規模修繕のため休館いたします。期間＝2024年4月1日～2025年3月(中旬)館内設備の老朽化にともなう修繕工事をおこなうため、ご了承くださいますようお願い申し上げます。再オープンの日が確定しましたらお知らせいたします。

期間:2024年4月1日～2025年3月(中旬)

◆淡路島国営明石海峡公園

〒656-2306 淡路市夢舞台8-10

☎0799-72-2000 ☎0799-72-2100

秋のカーニバル

【日時】9/14(土)～11/4日(月・振休)
9:30～17:00
(イベントより異なる)

【場所】園内

【内容】秋花の開花にあわせて、様々なイベントを開催。詳細は、ホームページをご覧ください。

【料金等】参加費はイベントにより異なる
※別途入園料、駐車料金必要



◆淡路市立しづかホール

ホワイエ展示会 ～淡路市内小学校児童作品展～

淡路市内小学生児童の作品を展示しています

【期間】9/12(木)～9/16(月・祝)

【時間】9:00～17:00

(最終日は15:00まで)

【場所】ホワイエ

【入場料等】入場無料

しづか少年少女合唱団

初心者でも大歓迎です。みんなで合唱する楽しさを体験してみませんか。

※初回体験無料/随時募集中！！

【日時】9/21日ほか

土曜日 14:00-15:30

【場所】しづかホール リハーサル室

【対象】小学生

【料金】¥1,000(月2回)

【申し込み・問い合わせ】しづかホール

TEL:0799-62-2001

MAIL:info@shizukahall.com

HP:http://shizukahall.com/



【問合せ】淡路市立しづかホール

電話:0799-62-2001

メール:info@shizukahall.com

HP:http://shizukahall.com/

◆サンシャインホール

〒656-2305 淡路市浦148-1

☎0799-74-0250

和太鼓教室生徒 追加募集

和太鼓教室生徒を追加募集いたします。太鼓と唄で楽しみながら健康増進していませんか。

【開催日時】9/25(水)

10/7(月)・21日(月)

・基礎クラス:16:00～17:15

・応用クラス:17:00～18:30

【募集人員】若干名(要事前予約)

【料金】1回1,500円

(初回体験無料)

※継続する場合は、別途バチ代など実費必要

【申込・問合せ】サンシャインホール

2024 Mini Concert ～院内コンサート～

【日時】9/11(水)17:00～17:20

【場所】兵庫県立淡路医療センター

1階ロビー

第一部:混声合唱 サンシャイン

第二部:ものまね芸人 NORIKO

～はじめてのシュタイナー～ 『アートと健康』

シュタイナーを学びたいのにむずかしいと感じたことはありませんか？子どもの成長と発達について、日常生活の経験に照らし合わせてやさしくお話しさせていただきます。ぜひおこしください。大人はお話、子どもはぬらし絵体験をします。

日時:9/23(月祝)11:00～12:30

場所:淡路市長澤工コセンター(旧保育園)

長澤620-2

講師:志賀くにみつさん

みんなのシュタイナー代表

参加費:無料*子どもはぬらし絵の材料代500円

編集・だ・よ・り

9月9日は、食べ物を大切にす日。

食べ物を「捨てないん(ナイン)」「残さないん(ナイン)」の語呂合わせからと、食べ物を捨てる事なく食べ切る事が健康に通じる事から、健康長寿を祝う重陽(ちょうよう)の節句にあたる9月9日を記念日に制定。秋！美味しい旬を食べて、残暑の日々ですが、元気に過ごしましょう。

〔応援隊 小原 町子〕

「ポケットあわじ」は、応援隊の手により取材や編集がされ、月に3,000部発行しています。そして、島内各市の庁舎・公民館・商業施設など約250ヶ所に無料配布しています。今後も生活情報新聞として、豊かな情報をお届けしたいと思いますので、ご愛読よろしくお願ひします。また、読者の皆さまからのお便り、情報をお待ちしています。

なお、バックナンバーを淡路文化会館のホームページに掲載していますので、こちらも是非ご覧ください。

(発行)淡路生活創造応援隊 淡路文化会館

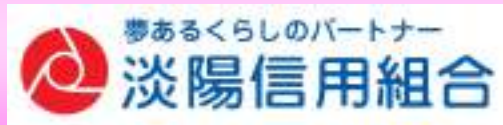
〒656-1521 淡路市多賀600

☎0799-85-1391 ☎0799-85-0400

E-mail: info-awabun@farm-group.com

H P : https://www.awaji-bunkakaikan.jp/

私たちはポケットあわじを応援します。



淡路文化会館 美術作品展示 & ポケットあわじ制作

ボランティアスタッフ 大募集!!

淡路島の文化振興や情報発信活動に参加してみませんか？

兵庫県立淡路文化会館では、島民・県民が行う文化行事や生活創造活動の応援をしていただくボランティアスタッフを募集しています。ご興味のある方は、どうぞお気軽にお問い合わせください。

活動 A

美術作品展示 ボランティア

淡路文化会館の美術展示室 及び 県民ギャラリーにおいて、展示者の希望に応じて展示作業の支援を行うなど、年間を通じて美術作品展示の運営をサポートしていただきます。

- 美術作品の搬入（運び込み）補助
- 作家の方との意見交換や交流
- 美術展示や美術鑑賞に関する研修
- 美術作品の展示作業及び展示アドバイス
- 展示会の看板作成

など

- 年間美術展示スケジュールに基づいて作品の搬入や展示作業 約1時間程度
- ※ 時間帯は展示内容により変動
- ※ 各自のご都合に合わせて参加可能
- 【活動場所】兵庫県立淡路文化会館

- 淡路島内在住で、美術にご興味のある方
- 文化や芸術の振興に貢献したい方



◀ MUSEUM WEB ページ

活動 B

生活創造しんぶん「ポケットあわじ」制作 淡路生活創造応援隊 ボランティア

淡路島の魅力を紹介する生活創造しんぶん「ポケットあわじ」の企画、取材、原稿作成、編集、配布などを通じて、地域を元気にする活動にご参加いただけます。

- 地域に密着した情報誌として親しまれている『ポケットあわじ』の制作や発行に関する活動
- ・企画（特集やテーマ、取材先の選定）
- ・取材活動、撮影、記事作成
- ・原稿の編集、確認、校正
- ・配布活動

など

- 毎月第3または第4木曜日の編集会議を実施
- ※ 原則として午後に2～3時間程度、島内各地在住の応援スタッフが集まって、楽しく暖やかに情報や意見を交換する場となっています。
- ※ 取材や記事作成などは各自で活動となります。
- 【編集会議場所】兵庫県立淡路文化会館

- 淡路島内在住で、地域の情報発信にご興味のある方
- 地域情報誌の制作や編集に関心のある方
- ※ 地域各所へ配布活動のみご参加も歓迎



ポケットあわじ WEB ページ



活動内容

活動日時 ／ 場所

募集対象

お問い合わせ / お申込み

兵庫県立淡路文化会館

〒656-1521 兵庫県淡路市多賀 600

TEL. 0799-85-1391 FAX. 0799-85-0400

メール: info-awabun@farm-group.com 担当: 兵藤

淡路文化会館
シニアカレッジ

いざなぎ学園の 講座を単発で受講

できるようになりました！

- 事前申込不要・当日受付
- おひとり1回500円（税込）

※講座により受講可否や料金は変動します。

※詳細はホームページまたは電話でお気軽にお問い合わせください。

淡路文化会館
公式WEB



兵庫県立淡路文化会館

講座のイメージです



【8月・9月の単発受講可能講座 ※予定】

- ・ 8月28日（水）淡路島のエネルギーについて（あわじからプロジェクト）
- ・ 9月4日（水）月の石が語る地球の過去（大阪大学教授 寺田氏）
- ・ 9月11日（水）生活習慣病予防のための講習（兵庫県栄養士会 三谷氏）
- ・ 9月18日（水）コアラ飼育員による講演（イングランドの丘 後藤氏）
- ・ 9月25日（水）防火についての講習（津名一宮分署）

※予告なく変更になる場合もあります。あらかじめご了承くださいませ。

兵庫県立淡路文化会館 淡路市多賀 600 TEL：0799-85-1391