

～朝ごはんは1日のパワーの源～ 保健センター

**気持ち良く1日をスタートするために、朝ごはんを食べましょう。**

午前中の集中力の無さ、体のだるさは、朝食を食べていないからかもしれない！  
朝食で体温を上げて、脳にエネルギーを補給しましょう！！

**忙しい人は、簡単なものでも大丈夫!!**

★例えば、電子レンジを使って……  
【マグカップスープ】

(材 料) カット野菜(冷凍)…… お好みで  
ソーセージ…………… 1本  
顆粒コンソメ…………… 一つまみ  
塩・こしょう…………… 少々  
お湯又は水…………… 150ml

(作り方) 材料をマグカップに入れラップをかけ、600Wの電子レンジで1分加熱、取り出して軽く混ぜてさらに1分ほど加熱する。

これに、パンと牛乳とバナナで栄養のバランスが良くなります。

〈問合せ先〉保健センター TEL.0954-63-3373

「ギャラリートーク開催」日時：10月10日(日)10時～11時

場所：エイブル3階 研修室

講師：鹿島市役所生涯学習課 社会教育・文化係

テーマ：七浦の古代遺跡

※事前申込みが必要です。先着30名までさせていただきます。

【申込開始】9月22日(水)

【申込先】エイブル2階 事務局 電話095463321338

「庄屋日記表紙」

「床の間コーナー」2階エレベーター前

10月～12月は、鹿島市民図書館七浦公民館と連携して、七浦地区の展示を行います。

七浦地区は、多良岳山麓から流れる河川によって浸食された小さな谷筋ごとに集落が形成されてきました。近世には、大字音成が佐賀藩の蔵入地、大字飯田と太良町伊福が佐賀藩土神代氏の所領となります。

今回は、七浦地区に関する貴重な史料を3期に分けて展示するとともに、鹿島市民図書館七浦公民館でも関連展示を行います。

【第1期展示期間】10月1日(金)～11月3日(水)

**エイブルからこんにちは**

菊 酒

菊の節句は、旧暦の九月九日(今は十月)に行われ、「重陽(ちやうよう)の節句」とも呼ばれます。「九」は陰陽道でいう奇数で「陽の極(さきわみ)」とされ、縁起が良く、その「九」が月と日と重なることから、陽が重なるという意味で「重陽」だそう。

菊は邪を払うとされています。また、菊には解毒作用があるとも言われます。「調べてみると、菊には、体の中にある解毒物質「グルタチオン」の産生を助ける成分がある」と書いてありました。

お酒に入れて飲めば、解毒の力も強まり、あつという間に体中に回り気持もよくなる、と書かれています。個人差あり。

昔から、この重陽の節句には、「菊酒」をいただき、長寿を祈る習慣がありました。

中国の詩人、陶淵明(三六五～四二七)の詩に「飲酒」があります。「秋菊佳色あり、露に濡れてその英(はなびさ)を採り、此れを忘憂のものに浮かべて、(中略)いささかまたこの生を得たり(菊の花を摘んで杯に浮かべて飲んで)憂世を忘れてみよう、いつの間にか酒壺が空になる。軒下立って歌を歌えば、すっかり生き返った気持ちになる」と詠っています。

さて、私たちも秋の夜長、ゆっくりに菊酒を飲み交わし健康にあやかりたいものです。

館長 永池 守

**エイブルの木 広告募集中!!**

エイブルの木は毎月16日発行全戸配布されています。ぜひご利用ください。

お問合せは TEL0954-63-2138

製パン事業・福祉事業・リサイクル事業

おいしいパンを通じて、地域貢献に努めます

地産・ヘルシー 環境・福祉・資源

就労移行支援・就労継続支援A型・就労継続支援B型

パンづくり等の日中活動を通じて、一般就労を目指します!

〒849-1312 鹿島市大字納富分 2904 TEL0954-62-3218

〒849-1313 鹿島市大字津ノ木 3028-6 TEL0954-68-0087

**食欲の秋! 焼肉の秋!**

除菌・抗菌対策実行中

大換気量の無煙ロースター

店内の空気をほぼ3分半で入替

シニア割引

グループの中にお一人でも65歳以上の方がいれば全員が対象となります。要証明書 土・日・祝日除く

生ビールも半額!

ローズ・カルビ・ハラミ・ホルモンのセット通常3,000円を **1,890円!**

創業 昭和47年 焼肉金剛園

営業時間 17時～24時 木曜 定休 HP

鹿島市大字井手 1465 電話0954-62-4187

鹿島市民図書館

TEL:0954-63-4343

ホームページ http://www.library.city.kashima.saga.jp

携帯電話でアクセス! ▶ QRコード

**図書館からのお知らせ**

～おかげさまでエイブル開館20周年!～

**特別整理期間のため お休みします**

10/4(月)～8(金)

年に一度の図書館の総点検。蔵書約20万冊の所在確認や、普段できない機器の修理や環境整備をおこないます。

◆WEB予約利用できます 図書館HPからの蔵書検索・予約はOK ※受け取りは10/9(土)以降から

◆期間中の本の返却は「本のポスト」へ CD・DVD・雑誌・紙芝居などは壊れやすいため入れられません。10/9(土)以降に直接返却カウンターへお持ちください。

**絵本・紙芝居作家 長野ヒデ子さんと 『絵本と紙芝居でわくわくしタ～イ♪』**

参加費無料

11月14日(日) 14時～15時半 エイブルホール

対象：幼児～一般 定員：60人(事前申込制)

※新型コロナウイルス感染拡大状況により、変更になる場合があります。

10月17日(日)9時半から 電話または図書館カウンターにて受付開始

【長野ヒデ子】 1941年愛媛県生まれ。絵本『おかあさんがおかあさんになった日』『まんまんぱっ』、紙芝居『すっすっはっはっしんこきゅう』など、赤ちゃんから大人まで心を動かす楽しい文と絵の作品で多くの読者に親しまれている。

秋の読書週間事業 俳句作品募集 『としよかん de 俳句』

募集期間：9月15日(水)～10月31日(日) 対象：大人(18歳以上)

【応募方法】 ①図書館入口に設置の投句用紙に記入して、応募箱に入れる。 ②Eメールで送る(件名は「俳句」) Mail:kashimai@theia.ocn.ne.jp

【応募条件】 ・テーマ「図書館」 ・一人2句まで

受け付けた作品は11月以降 図書館内に掲示します。

音楽童話『セロ弾きのゴーシュ』関連イベント

図書館で "賢治さんクイズ" に挑戦しよう!

童話作家 宮沢賢治やその作品に関するクイズを作りました! 図書館からの問題にあなたはいくつ答えられるかな!?

期 間: 9/26(日)～10/17(日) 出題場所:図書館内

10月の休館日

保健センター 土、日、祝日

市民図書館 4(月)～8(金)・11(月) 18(月)・25(月)・28(木)

生涯学習交流館 4(月)・11(月)・18(月) 25(月)

かしまぐるっとミュージアム 鹿島市内の主な展示施設の展示情報を掲載します

祐徳博物館(無休)	鹿島市古枝乙 1686 TEL.0954-62-2151	『名刀展(1)』～11月中旬
染織資料館(要予約)	鹿島市山浦甲 1524 TEL.0954-63-4085	『鍋島更紗』復元及び染織資料、鈴木照次作品などを展示
岩永京吉美術館(不定休)	鹿島市高津原 565-1 TEL.0954-62-2824	『モデルの成長を描く～4人のモデルの成長』9/13(月)～11/28(日)
鹿島市民図書館(休館日:左記)	鹿島市納富分 2700-1 TEL.0954-63-4343	『近代鹿島の文学風土と地域文学資料』
エイブル床の間コーナー(休館日:左記)	鹿島市納富分 2700-1 TEL.0954-63-2138	『かしま再発見 ～七浦編～』10/1(金)～12/28(火)

10 2021 おかげさまで エイブル開館20周年

令和3年10月号 NO.185 9月16日発行

発行:「エイブルの木」広報部(エイブル2階 エイブル事務局) 〒849-1312 鹿島市大字納富分 2700-1 一般財団法人 鹿島市民立生涯学習・文化振興財団 TEL:0954-63-2138 FAX:0954-63-3424 E-mail:able1@po.asunet.ne.jp ツイッター https://twitter.com/kashimaco ホームページ https://kashima-able.com/ 携帯電話でアクセス!▶

令和3年度 第7回えいぶる事業 鹿島市民図書館共催

**親子で楽しむ音楽童話 セロ弾きのゴーシュ**

不思議な世界観で人々を魅了する、宮沢賢治の童話「セロ弾きのゴーシュ」の世界を、演奏と朗読、スクリーンに映るかわいイラストでお楽しみください。ゴーシュと一緒に真夜中の不思議な出来事を体験しましょう。

◆演奏:長崎 OMURA 室内合奏団 ◆指揮:石崎 真弥奈 ◆朗読:中野 俊太郎 ほか

◆と き/10月17日(日) 開演14時(開場13時30分)

◆ところ/エイブルホール【全席指定】

◆料 金/【一般】大人1,000円 高校生以下 500円(消費税込) 【会員】大人 500円 高校生以下 無 料

◆プレイガイド/鹿島市生涯学習センター・エイブル ゆめタウン武雄、佐賀市文化会館

※当日各500円増し。 ※3歳未満の入場はご遠慮ください。 ※託児あり。申込み締め切り10月3日(日) ※前売券完売の場合、当日券の販売はありません。 ※車いす席あり(事前にお申込みください)

令和3年度 第8回えいぶる事業 優秀映画鑑賞推進事業

ちゅと なつかしの映画上映会

クスツとコメディ3本+1

◆と き/11月6日(土)・7日(日)

◆ところ/エイブルホール【全席自由】9月25日(土)発売

◆料 金/2日通し券 大人【一般】800円 【会員】500円(消費税込) 高校生以下 無料(要整理券)

◆プレイガイド/鹿島市生涯学習センター・エイブル、ゆめタウン武雄

◆主 催/一般財団法人 鹿島市民立生涯学習・文化振興財団、国立映画アーカイブ ※車いす席あり(事前にお申込みください)

11/6(土)	① 9:30～11:38 キツツキと雨(コメディ)	11/7(日)	① 9:30～11:30 死に花(コメディ)
	② 12:20～14:36 Shall we ダンス?(コメディ)		② 12:10～14:09 がんばっていきまっしょい
11/6(土)	③ 15:15～17:15 死に花(コメディ)	11/7(日)	③ 14:50～16:58 キツツキと雨(コメディ)

★えいぶる事業では、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、下記のような対応を行います。

◎ご来場時には、必ずマスクをご着用ください。(咳エチケットを励行しています)上演中もマスクをご着用ください。

◎消毒用アルコールを設置していますので、入場前に必ず手指の消毒をお願いします。

◎入場前に検温を行います。

10月のエイブルホールの行事予定(9月1日現在) ※予定は変更になる場合があります。★はエイブル主催事業 ◆は貸館です。

エイブル 7日(水) ◆まちづくりフォーラム鹿島 17日(日)★親子で楽しむ音楽童話「セロ弾きのゴーシュ」

ホー ル 21日(木) ◆第27回 佐賀新聞 結婚さん表彰

エイブルパートナー 住みよい郷土と幸せを 佐賀西信用組合 東亜互機株式会社 株園電工 社会医療法人 祐愛会 織田病院 Yutoku 祐徳自動車株式会社

# エイブル倶楽部

現在の会員数 1,026 名!  
うち市外会員 219 名!  
うち法人会員 6 団体

- ★「エイブル倶楽部」は、鹿島市民に限らずどなたでも入会することができます。年齢の制限もありません。
- ★1年コースは会費1,000円（高校生以下 500円）。
- ★3年コースは会費3,000円（高校生以下1,500円）で、入会・更新時に500円分のクーポン券をプレゼント。
- ★会員はえいぶる講座を1回500円で受講でき、会員対象の無料講座もあります！
- ★「えいぶる事業」チケットが割引になるものがあります。

**申込受付中のえいぶる講座** 受講には事前に申し込みが必要です。

## 公開講座 災害石碑をたずねて

鹿島市内にある災害石碑を2コースに分けて訪ね、これまでに起きた災害の記録や石碑に込められた思いなどを解説します。

- 講師 高橋 研一（鹿島市民図書館学芸部）
- 日時 10月21日（木）  
東部コース…10:00~12:00  
西部コース…14:00~16:00  
**どちらか1回限り**
- 集合 エイブル 正面玄関
- 定員 各12人
- 受講料 会員 無料  
一般 500円
- 準備物 筆記用具

## 公開講座 鹿島ふるさと探訪

今年は ～七浦めぐり～

市内6地区ごとにスポットを当て、歴史をたどる“鹿島ふるさと探訪”。第5回目の今回は七浦地区の史跡や神社などをバスで巡ります。地元の新たな魅力を再発見しましょう。

- 講師 高橋 研一（鹿島市民図書館学芸部）
- 日時 11月18日（木）  
10:00~12:00  
**1回限り**
- 集合 エイブル 正面玄関
- 定員 12人
- 受講料 会員 無料  
一般 500円
- 準備物 筆記用具

誰でも参加OK!

会員無料講座

## 公開講座 秋野菜で簡単！ キッシュプレートランチ

秋野菜を使ったキッシュで、ちょっとおしゃれなランチを楽しみましょう。

- 講師 松尾 久美子さん（野菜ソムリエプロ）
- 日時 10月26日（火）10:00~12:00
- 集合 エイブル2階 調理実習室
- 定員 16人
- 受講料 会員 500円  
一般 1,000円
- 材料代 500円
- 準備物 筆記用具、三角巾、エプロン

誰でも参加OK!

## 広告 いろいろな税金【税の歴史世界編 ⑤】

- ◆**空気税**◆  
ルイ15世時代のフランスで、考案した税です。これは、空気を吸うと税金がかかるというかなり乱暴な税でした。度重なる戦争や王妃の散財で空になりつつあった国庫を満たすための案でしたが、さすがに各方面の反発を招き、廃案となりました。
- ◆**間口税**◆  
江戸時代に実施された、家の間口（玄関）の広さに応じて町人に課された税です。当時の高収入者であった田沼意次が幕府の財政強化のために行いました。町民たちは当然、家の広さはそのままに間口を小さくリフォームしました。新しく家を作る場合は、当然ちろろ小さな間口の家にします。狭い間口は多少不便ではありましたが、人々はやはり税負担を嫌ったのです。

## 先月に引き続き更にユニークな税についてとりあげます。

- ◆**独身税**◆  
近年、少子化に悩む日本でも話題が上がった新税の案ですが、同じ問題に悩んでいたブルガリアにおいて、1960年代後半からおよそ20年間にわたって実際に独身税が施行されたことがあります。独身者は収入の10%程度を税金として納めるというものでした。結果は散々で、かえって非婚化、少子化が進んでしまったようです。理由は、税負担が重く、若者が貯金をできないことから、それまで以上に結婚に踏み込みなくなったからとのことです。特に低所得者層でその傾向は強かったそうです。この結果を踏まえると、現在の日本でも独身税は少子化対策にはプラスにならなさそうです。

白川公認会計士事務所 ■鹿島市大字高津原750（鹿島家庭裁判所前）電話0954-63-4171

## 新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、8月28日～9月13日臨時休館しました。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、エイブルと鹿島市民図書館は、8月28日（土）～9月13日（月）臨時休館いたしました。これは鹿島市が8月28日（土）～9月12日（日）の間、市が所有する一般市民向け施設の利用休止を決定した事によるものです。 ※9月13日（月）は通常の休館日です。

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、今後も休館になる場合があります。詳細はホームページをご覧ください。

### 休館に伴う館の対応

- ★エイブル貸館の予約は、電話も含め休館中は中止しました。9月14日（火）の開館後、予約受付を再開します。
- ★市内運動広場、市内体育館、武道館の予約は、11月1日以降の予約は9月14日（火）から再開します。
- ★休館期間中に既に予約をされている方は、予約の振り替え、または利用料金を返金いたします。
- ★図書館臨時休館中の返却は返却ポストに入れてください。現在、貸出中の資料は、開館後に返却いただいても構いません。
- ★CD・DVD・ビデオ・雑誌・大型絵本・紙芝居・汚れや破れのある本は、開館後に返却をお願いします。
- ★職員は出勤して、通常業務を行っていますので、電話でのお問合せにはお答えいたします。

### えいぶる事業の変更

- ★8月29日（日）森麻季 **ソプラノリサイタル** は令和4年2月13日（日）に延期となりました。詳細はホームページなどでお知らせします。
- ★10月17日（日）親子で楽しむ音楽童話「セロ弾きのゴーシュ」のチケット発売日に変更になりました。会員先行発売日が9月5日（日）から9月15日（水）に、一般発売日は9月12日（日）から9月19日（日）に変わります。
- ★また、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、分散開催しておりました、**第19回 エイブル祭り** は、ほとんどの発表を終了しております。今後追加の発表が決まりましたらお知らせします。

### えいぶる講座の変更

- ★9月2日（木）開講予定の『健康マージャン教室』は、10月7日（木）開講に変更しました。（キャンセル待ち）
- ★9月9日（木）開講予定の『書道教室 中級編（夜コース）』は、10月14日（木）開講に変更しました。
- ★9月11日（土）開講予定の『秋の夜長のティータイム』は10月2日（土）開講に変更しました。（キャンセル待ち）

### 今後のえいぶる事業ランナップ

令和3年9月26日（日）	「セロ弾きのゴーシュ」とミニコンサート（10月17日のプレイベント <b>入場無料 要申込み</b> ）
10月17日（日）	親子で楽しむ音楽童話「セロ弾きのゴーシュ」
11月6日（土） 7日（日）	ちょっとなつかしの映画上映会 「キツツキと雨」「Shall we ダンス?」「死に花」「がんばっていきまっしょい」
12月19日（日）	えいぶるえいが for キッズ ※作品未定
令和4年1月23日（日）	「ゆうやけ子どもクラブ！」鹿島上映会
令和4年2月27日（日）	子どもと大人のファンタジーワールド「ミュージック and サーカス～森の秘密～」

## 広告 「わかくす」通信 2021.10

今年も「奨学金に関する全国一斉相談会」が開催されることになり、佐賀県労協は11月11日に相談会を行います。昨年までは、私個人に協力要請が来ていましたが、今年は、私が事務局長を務める「絆ネット」（生活総合支援ネットワーク佐賀）に協力依頼が来ました。

## 奨学金に関する相談会

当日の相談で、法律家の支援が必要と思われる方は、「絆ネット」を紹介され、そこから法律的な支援を行う予定です。日本学生支援機構の奨学金の「取立」対応については、独特な知識も必要となりますので、経験豊富なメンバーでサポートしていききたいと思います。（文責/辻 泰弘）

弁護士法人朋楠・わかくす法律事務所 <http://hounan-wakakusu.com/>（佐賀県弁護士会所属）  
弁護士 辻 泰弘 弁護士 椿原 剛  
鹿島オフィス 鹿島市高津原 4296-41 鹿島商工会館2階 Tel 0954-69-8162

## 「杉光 定 作品展」ギャラリートークレポート

床の間コーナー

8月22日（日）床の間コーナー「杉光定 作品展」の、杉光さんご本人によるギャラリートークを行いました。当日は感染拡大防止のため、入場は先着30人まで、入場前に検温を行いました。

テーマは「絵画のテーマ性について」。絵を描き始めた高校（部活動）、大学（専門学部）、社会人（美術教師・画家）としての歩みの中で、いつも時間をかけることは「制作意図や様式をどうするか」ということ。これが作家としてのいちばんの課題だそうです。また大学2年当時、納富進先生から「何んば、描きたかとな？」と言われたことが、ずっと頭の隅にあると話されました。

まず世界の絵画のテーマの変遷を、先史時代の洞窟壁画からルネッサンス、新古典主義、後期印象派、ピカソ、バンクシー、香月泰男、石田徹也まで概説。さらに池田学さん、岩永京吉さん、金子剛さん、下村康二さんなど周辺の画家、子どもの絵の最近の傾向などについても語られました。



「黙示録」2011



「戀う」2020

自身のテーマの変遷については、  
①傍観者シリーズ、②難民シリーズ、③道化師（出番前）シリーズ、④封印の刻シリーズ、⑤受胎告知シリーズ、⑥刻の詩シリーズ、と分けて解説。

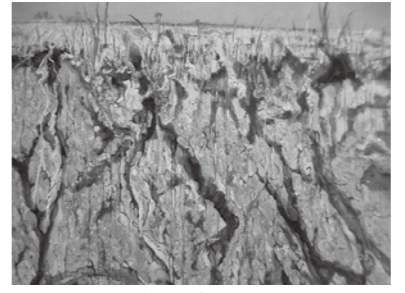
そして、これからのテーマとして、「人間及び植物などの原点回帰とそのものの存在価値や普遍性を大胆な構成と筆致で描いていく。」「日常的に見過ごされる場所や場面に生命の原点やその遅しさを見出し視点拡充から現代を見つめる制作活動にしたい。」と述べて、トークを終えられました。



杉光 定さん

### アンケートから

- ◆先生の幼いころの話を聞いたり、画家の作品が見られてよかったです。「東日本大震災のテーマ」を見て、今回の水害を重ねました。一日も早くもとに戻れることを祈ります。もう少し、ほかのテーマも聞きたかったです。……（70代女性）
- ◆話せるうち、動けるうち、生きているうち、一生描き、一生自分で終わる。Good！ピカソの生き方、よくわかり、楽しかったです。……（60代女性）



「刻の詩」2014

## 「おうちスイーツ教室」レポート

えいぶる講座

8月21日（土）・24日（火）に小学4～6年生を対象のえいぶる講座「おうちスイーツ教室」を行いました。講師は迎りつこさん。コロナ禍で遠くに出かけることができない夏休みに、小学生だけでも自宅で簡単にできるスイーツを作りました。感染対策を徹底して行い、完成したお菓子はその場で食べず、持って帰ってもらいました。

★今回は、お料理好きな中学生にもサポーターとして参加してもらいました。エイブルでは、年齢性別問わずお手伝いして下さる方を募集しています。好きなことや得意なことを活かしてみませんか。

### 8月21日（土）～クレープ&カップケーキ～

クレープは生地を混ぜて、オープンで焼くだけで簡単にできました。

クレープは生地を焼く際に裏返すのが難しいですが、先生のお手本をしっかり見て挑戦していました。冷ましたクレープ生地にチョコレートソースとホイップクリーム、バナナを包んで完成です。



### 8月24日（火）～フルーツゼリー&デコクッキー～

フルーツゼリーには、スイカ、オレンジ、パイナップル、ぶどうを入れ、カラフルで涼しげにできました。

クッキー作りは時間が足りずにいろいろな型やチョコペンでのデコレーションが全てにはできませんでしたが、おうちでは型抜きをしたりココアや抹茶などのパウダーを混ぜたり、思う存分時間をかけてデコクッキーを作ってもらいたいです。

