

# ぜんじみち安原

安原の  
いま

総人口 4,554人 (前年比-27人) 【男 2,203人 女 2,351人】  
安原地区公民館 〒390-0802 松本市旭2-11-13 TEL 0263-39-0701

7月15日、4年ぶりに「サマーナイトフェスティバル安原」が開催されました。  
まちづくり協議会主催の夏の恒例行事がコロナ禍を経て復活。300人もの方が参加して子どもから大人まで大いに楽しみ、盛り上がりました。  
映画上映会とゲーム大会の子ども向け行事や、太鼓とジャズの演奏、大抽選会と、飲んで食べての納涼会。スタッフの活躍により、久々に笑顔溢れるひとときを過ごしました。

4年ぶりのサマーナイトフェスティバル安原へ賑わう夏のひとときへ



▲ボリュームと味が好評だった夏フェスのメニュー



▲迫力満点の太鼓演奏



▶おでんや飲み物のチケットを求めめる人で賑わうチケット売り場



▲おやじジャズバンド「ニューエバーグリーン」の演奏



▲密を避けての映画上映会。たくさんの子どもが楽しみました。



▶豪華賞品をゲットして大いに盛り上がりました。



▶的をめがけて輪っかをえい!



▶出演者の演奏を聴きながらくつろぐ参加者

# 北八ヶ岳ロープウェイで行く自然園散策 〜安原地区高齢者交流会〜

安原地区公民館で活動している「安原井戸端」「デジカメ百景」「シフォンの会」合同の高齢者交流会「蓼科・北八ヶ岳ロープウェイで行く坪庭散策」が7月31日の晴天のもと参加者19人にて行われました。山麓駅(標高1771m)から坪庭駅(標高2237m)まで100人乗りロープウェイで7分間降り立った坪庭駅は気温19度、天然の涼風が最近の暑さを忘れさせてくれました。



10万坪(東京ドーム約7個分)の坪庭



一周30分〜40分ほどの散策路

岩が固まってできた自然の庭園。参加者は、おもいおもいに散策したり展望台からハイマツと溶岩のおりなす風景を涼風とともに堪能しました。

## いちよう並木

### 地植えで楽しむ

丈夫で育てやすいシヤガ林の下などで群生して咲く花は清涼しく、晩春から初夏にかけて楽しむことができる。

アヤメ科アヤメ属の植物で、本州から九州・中国に分布。剣状の光沢に富んだ常緑で緑豊かな葉、白と淡い薄紫色を基調とし、中央に橙色の斑点と中脈上にとさか状の突起が特徴の花は清楚で愛らしい。土壌を選ばずどんな場所で

も育つ、丈夫で育てやすい花。

繁殖力が旺盛で地下茎で繁殖します。

庭植えに好適。造園的にも下草として利用価値が高い。群生を楽しむことができます。

葉に芸(※)の入る斑入り種も美しい常緑多年草です。

※芸：ある個体が同一品種の一般的な個体に無い特徴を持っている場合、その特徴を芸と言います。



ブランドカバーにも最適

# 親子料理教室 お豆腐づくりを体験!

松本市では、今年の4月から「だいたず大作戦」として、「大豆を材料にした料理を楽しく作って食べる経験から、健やかな体と心を育む」ことを目的とした食育活動が始まりました。



で水分の「豆乳」をしぼります。その「豆乳」を鍋で78℃になるまで煮て「にがり」を投入し、分離して固まってきたら、しき布を敷いたボールに移しておもしを乗せ、水が切れたら手づくり豆腐の出来上がりです。

安原地区食生活改善推進協議会(以下「食改」)では7月31日、安原地区公民館料理実習室で、講師に磯部紀子先生を迎えて「豆乳&お豆腐&おから生サラダ作り親子料理教室」を開催しました。

参加した親子4組のみなさんは、一晩水に浸した大豆をミキサーにかけて(これを生呉といいます)、鍋で煮て布袋



大豆をミキサーにかけて生呉(なまご)作り



甘くて濃いお豆腐  
濃い美味しいお豆腐とヘルシーでポテトサラダのような美味しい

「食改」の浅井由紀子さんは、参加者全員が初めてでしたが、みなさんから「甘くておいしいお豆腐が作れて感動しました」と感想をいただき、この企画ができてよかったとお話しされました。



美味しいおからサラダ

