



## 新年あけましておめでとうございます！！

鶯友会の皆様さまおかれましては 本年もご家族さま共々良き新春を迎えられたことと拝察 謹んでお慶び申し上げます

さて発症？から丸4年が過ぎたコロナ禍完全終息とは言えずも漸く下火へ、今年はギアをN(ニュートラル)からD(ドライブ)に切り替えて平常運転に戻りましょう、今年の干支・辰年(甲辰→きのえ・たつ→竜巻・雷など大自然界の躍動を象徴)の謂れに因みアクセルを少々？踏み込んで元気よく活動する年としましょう！！



毎年申し上げますが、今年も本紙のご愛読と会員の皆様さまからのご投稿を切にお願いし、年始の挨拶と致します

鶯友会便り編集員一同

### 報告事項

- 鶯友会グランドゴルフ大会：11月2日(木) 於 湯山台グランド  
20名参加、優勝 栗原恵子さん (スコア60)
- 明峰コミ 健康づくりハイキング：11月3日(金) きずきの森 & 満願寺コース  
350名参加、内鶯友会10名
- 音灯り川西：11月4日(土) 於 キセラせせらぎ公園・・・川西は若者の街へ変貌！！・・・
- 鶯友会11月度例会：11月11日(土) 13:00～映画鑑賞(心の旅路)、28名
- 明峰文化祭：11月11日(土)～12日(日) 於 明峰公民館
- 明峰コミ 青空ふれあい広場(第二回)：11月26日(日) 於 北ひばりが丘公園
- 鶯友会12月度例会：12月9日(土) 13:00～年忘れビンゴゲーム大会、28名
- 市老連 単老会長会議：12月20日(水) 10:00～ 於 アステ6F大ホール
- 人員動静：幸村正代さん退会、会員数60名(男30+女30)へ

### 喫緊の行事予定他

- 明老連 新年互礼会：1月12日(金) 11:00～ 於 明峰公民館
- 鶯友会 1月度例会・新春懇親会：1月13日(土) 12:00～
- 市老連 新年互礼会：1月17日(水) 10:00～ 於 アステ6F大ホール
- 明老連 三社初詣バスツアー1月22日(月)
- 鶯友会 2月度例会：2月10日(土) 13:00～
- 明老連 演芸会：3月3日(日) 於 明峰公民館

以上

11 月度例会 映画鑑賞



12 月度例会 ビンゴゲーム大会



三世代交流 さつま芋掘り会 R5.10.28



明峰地区グランドゴルフ大会 R5.10.29

鶯友会 G.ゴルフ 11.2



順位	氏名	所属
優勝	三浦一兆	はぎの会
第2位	三輪高嗣	鶯友会
3	森田靖	鶯友会
4	浜崎邦洋	萩原二
5	新子志津子	錦友会
6	藤井一彦	鶯友会
7	柳生佑三	錦松台
8	山田千代美	白萩会
9	葛岡宗敏	湯山台
10	西條直美	白萩会



優勝 栗原恵子プロ

音灯りかわにし キセラせせらぎ公園 R5.11.4



青空ふれあい広場 (第二回) R5.11.26



鶯友会 庭清掃・菜園メンバーの活動



**鶯友会便り159号(令和5年11月1日・下邨さんの投稿文)の編集ミスについて:**  
 冒頭の文面を次の如く訂正します→鶯友会の前身は鶯が丘の老人クラブ むつみ会(設立1981年＝昭和56年)ですが、当初から活動が低調で会員数も少なく風前の灯へ、これを何とかして再興させたいとの思いから当時鶯が丘の自治会長であった石井研二さんが発起人となって、新生老人クラブ(鶯友会)が1999年(平成11年)の春に誕生したものです(初代会長 酒井隆さん)。

## そば打ちの魅力

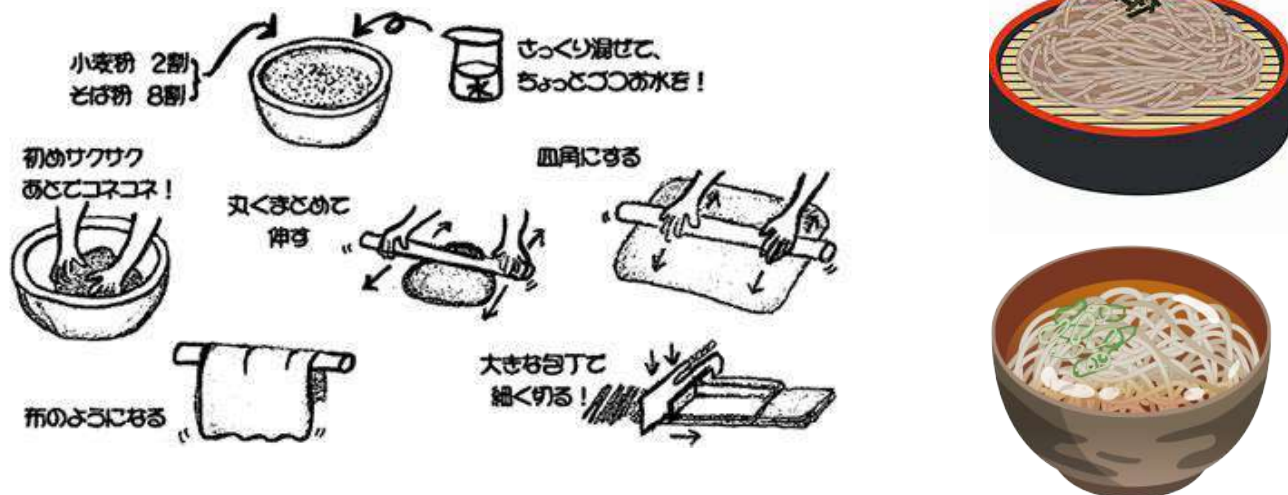
今日は何故そば打ちを始めたかを紐解いてみよう。

私が百貨店の食品担当だった当時、全店二日間の夏休みがあったものだ。その休みを利用して家族五人でよく信州旅行に行った。当時ペンションのはしりで原村というところに定宿があって、そのオーナーと親しくなり家族的な雰囲気を楽しませていただいた。信州には「蕎麦屋」さんばかりで「うどん屋」さんは全くなかった。私は関西育ちなので、どちらかという蕎麦よりうどん派であった。しかし蕎麦を食べているうちに、その旨さに目覚めたのである。

食品という担当はお客様にいかに美味しいものを全国から探し求めて味わっていただきご満足戴くかを使命だと考え、常にアンテナを張り巡らしていたものだ。そんなことから信州のそば打ちを窓越しに拝見して、いつかは自分でも打つてみたい衝動に駆られた。忙しくなかなかなその夢はかなわなかったが、それでも趣味として25年の月日が経った次第である。

蕎麦打ちは奥が深くて難しい、だからその魅力を求めて続けられたのだと思う。二度続けて打つても同じようには打てないものなのだ。自分の技術が上がれば上がるほど、自分の目も厳しくなるからだと思う。蕎麦打ちの行程には 水回し、こね、菊練り、へそ出し、地のし、丸出し、四つ出し、本のし、たたみ、切り、ゆでの行程があり、どこか自分自身で満足がいかない点があるからなのだろう。とりわけ「水回し」の行程は特に大事にしなければならない一番大切な行程である。そんなわけで今日のそば打ちは百点で大満足ということはまずないから面白いのだろう。

次はあの工程を頑張ろうといつも考える。これからもゆっくり楽しみたいと思っている。



令和5年12月12日

岡田 八郎

### そばの豆知識 (ご参考)

- 日本でのそば消費(そば粉)の80%は輸入品です。(中国、アメリカで殆ど98%位)
- 残り20%が国内生産で、一番は北海道でおよそ45%と断トツです。その他は茨城県、山形県、長野県、福井県、秋田県、福島県で共に5~7%、これは年により変わります。
- よく言われる二八蕎麦とは、二割が小麦粉、八割がそば粉で打ったそばのこと。
- 十割そばは打つのがとても難しい。食するのにはちょっと喉越しにざらつきあり、二八そばの方が喉越しが良く、好まれているようである。