

うね日和 ~6月号~

6

June

地域の出来事やイベント情報をおとどけ

6月のイベント情報

人気のクウカイと体験ツアーで一日楽しもう!

薬膳クウカイとくろもじ茶体験ツアー

毎年好評の一之貝を散策しながら薬草を楽しむ「薬膳クウカイ」を下記日程で開催します。長岡市のひろはし薬局廣橋先生から野に咲く野草の効能などを伺い薫風の一之貝を散策します。その後は薬草を使ったうねご飯。散策で体を動かし、薬膳で体の内側をきれいにする「こころ」と「からだ」に優しいイベントです。

午後には、山に自生する「クロモジ」を採りに行き、自分でお茶にして楽しむ「くろもじ茶体験ツアー」も開催。採れたてのクロモジで作るお茶は香り高くとっても美味しいですよ。

どちらか一方の参加でもOK!お申込みは6月5日までにウネに電話かFAXもしくはメールにてお申込み下さい。ウネのホームページのイベントページからでもお申込みいただけます。

○イベント詳細○

日時：6月10日(日) 10:00集合(受付開始9:30~) クウカイ13時、ツアーは15時終了

集合場所：ウネハウス(長岡市一之貝869)

参加費：1500円(お昼、案内、お土産代込) 幼児無料。

くろもじ茶体験ツアーは別途2,500円

小学生のお子様にはお土産のうねご飯券をプレゼント

服装：散策できる服装でお越しください。又、軍手、薬草を入れる袋、鎌等もご持参ください



←お土産【くろもじ茶】付き!

荷頃地区の自然の中でゆっくり育った天然の香木「クロモジ」を丁寧に洗い乾燥させて作ったノンカフェインで飲みやすいお茶です。ウネでも販売していますのでよろしくお願ひします。

ノルディックウォーキング体験教室

2本のポールを使っただけでただの散歩が全身運動になり、背筋もすっきり伸びる魔法の運動「ノルディックウォーク」の体験教室を開催。長岡ノルディックウォーキングクラブ副会長の江口さんを講師にお招きし、ノルディックウォーキングの基本から実践を丁寧に指導して頂きます。特にご年配の方はおすすめです。一之貝をフィールドに実際に体験した後は美味しいうねご飯を頂きます。お申込みは6月26日までにウネへ電話、FAX、メールにてお申込み下さい。

○イベント詳細○

日時：6月30日(土) 9:50集合(受付開始9:35~) 13:00解散

集合場所：ウネハウス(長岡市一之貝869)

参加費：1000円(お昼、体験代、ポールレンタル代込)

服装：動きやすい服装、運動靴でお越しください



6月のイベント情報



アオーレ長岡がドイツ色に染まる2日間

6月16, 17日長岡ドイツフェスト開催！

毎年二日間で3万人を超える来場者で賑わう長岡ドイツフェストが今年も開催！ドイツビール、ワインをドイツ料理で味わう他、ドイツの車やおもちゃ、雑貨品も展示。今年もウネがドイツのモーゼルワインを販売する他、販売希望の声が多かったドイツビール、ワイン用のブドウで作った本物のぶどうジュース、ドイツのお菓子も販売します。ちなみにウネハウスでは、通年でドイツワインを販売しています。

ぜひアオーレ長岡ドイツフェストにお越しください。

ウネの家老代表が通訳を務めるドイツワインのセミナーも両日14:00~15:30、アオーレ長岡交流ホールAで開催。参加費はお一人様2,000円で予約制ですので、ご希望の方は国際交流協会（TEL0258-39-2714）までご予約ください。

○イベント詳細○

○日時：6月24（土）10時~18時、25（日）10時~16時

○場所：アオーレ長岡 アリーナ

◆問合せ、申し込み：NPO法人ながおか未来創造ネットワーク
TEL0258-39-2500

外国の方と交流しませんか？

（ランチミーティング@ウネハウス）

6月15日Lunch Meeting@UNEHAUS開催！

6月で3回目となる長岡市在住の外国人の方を招き交流するLunch Meeting@UNEHAUSを15日（金）に開催します。毎月第三金曜日開催しているこのランチミーティングはお昼を食べながら外国の方と交流しようという企画で、参加された外国の方からは自国の紹介をいただいています。4月はベトナムからの留学生3名が参加、5月はベトナムからの留学生とロシアの方が参加され地元のおばあちゃんとの交流をしました。皆さん日本語がとても上手で会話にもほとんど支障が無く、とても楽しい時間を共有できました。

5月に開催した際には、ベトナムからの参加者はユーチューブやインターネットを使いながら自分のふるさとのお話や料理の話、伝統的な服装の話を、ロシアからの参加者の方はふるさとの映像を見ながら気候や食生活、代表的な建物の話をされ地元のおばあちゃん達は興味深く聞いていました。

普段交流する事の少ない外国の方と楽しい時間を共有しませんか？毎月第三金曜日はこのランチミーティングを実施しますので、「うねご飯」にご予約いただければ参加できます。

お問い合わせ、お申込みはウネ（86-8121）までご連絡下さい。



ランチミーティングで交流する外国の方と地元のおばあちゃん

きたいちかるからのお知らせ

クロモジの精油を搾油する機械を導入しました

赤い羽根共同募金の助成金をいただき、蒸留式の精油搾油機を購入しました。クロモジの精油は昔から盛んに作られ石鹸の原料となったりし、海外へも輸出された事もあるようです。搾油される精油は量が少なく大変貴重な物ですが、クロモジ独特の気持ちを落ち着かせる良い香りが特長です。今年はこの精油の他にもいくつかクロモジで製品を作ります。クロモジを広く知ってもらい、荷頃地区の特産品に育てていきたいと思ひます。



「かくれ熱中症、かくれ脱水症」に注意してください。



日々、30度に迫る日もあれば20度を少し超える程度の日もあり、体調管理が中々難しい毎日です。これから温度も上がってきます。近年「かくれ熱中症、かくれ脱水症」になる人が増えています。特に晩春から夏にかけて特に室内で発症する事例が多く、湿度が高いこれからの時期が危険とされています。

湿度が高いと汗をかいても蒸発せず体温が下がらずさらに汗をかく。これが繰り返されて知らず知らずのうちに脱水症状になってしまうようです。家の中にいてもこまめな水分の補給を心掛けてください。専門家からは喉が渇いてなくても2時間おきの水分の補給が推奨されているようです。

5月号記載ミスのお詫びと名称の変更について

毎月のご愛読ありがとうございます。先月発行しました5月号のうねご飯のカレンダーについて、資源回収の予定日に誤りがありました。皆様には大変ご迷惑をおかけしました。以後このような事が無いよう気を付けてまいります。

又、今月号より広報誌の名称を「きたいちかるのうね日和」から「うね日和」に変更しよりお役に立てる存在になりたいと思ひます。

今後もウネ並びにうね日和をよろしくお願ひします。

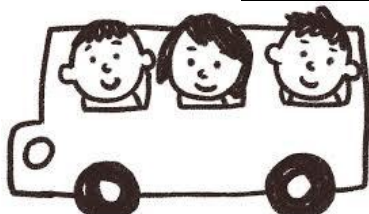
ウネからのお知らせ：ホームページ、Facebookは「ウネハウス」で検索＆「イイネ」

買い物送迎サービス<原信・コメリ等>

6月14日、28日(木)

☆温泉送迎サービス<おいらこの湯>

6月19日(火)



13:10

軽井沢集落開発センター発

13:15

ウネハウス発

13:20

荷頃地区センター発

帰還は15:30頃です。

無料でGO!

※ご利用希望の方は前日までにウネにご連絡、ご予約ください