

江東区パルカレッジ

江東区パルカレッジは、男女共同参画推進センターが開催する各種講座のうち、一定期間(5月～12月)にわたって行われる講座で、男女共同参画の視点から自分の生き方や家族・地域とのかかわりについて学び、考え、実践へとつなげるための、いわゆる「区民大学」です。

第20期となる本年度は「ジェンダーの視点を通して考える災害」と「仮想NPOを結成することを想定した、地域コミュニティのプランニング」に関する2つのコースを設定し、開催しています。

9月8日(土)には、講師に安藤哲也さん(NPO法人ファザリング・ジャパン副代表理事)をお迎えし、男性が育児にかかわるメリットや、女性と男性それぞれが抱える

子育ての悩み、そしてそれを解決していくヒントをお話いただくパルカレッジの公開講座を行い、大変好評をいただきました。

平成25年度の第21期江東区パルカレッジは火曜・土曜の2コースを一本化し、男女共同参画の視点に重点を置きつつ、より多くの方が参加しやすいカリキュラムをご用意するとともに、仲間と共に学び、考えることを目的としたグループディスカッションにも力を入れていきたいと考えております。

平成25年度パルカレッジの受講生募集など詳細につきましては、少し先になりますが、平成25年3月末発行の「こうとうの女性」、4月1日発行の「こうとう区報」及び区のホームページで、お知らせする予定です。

定です。ぜひ、ご参加ください。

また、江東区パルカレッジ以外の今年度の講座では、12月9日(日)に「理科実験教室」謎の物体を調べてみよう、12月16日(日)に「男性の家事セミナー」お掃除の極意、1月16日・23日・30日(水)に「私のリーダーシップ」発見セミナーを開催する予定です。詳細につきましては男女共同参画推進センターまでお問合せください。

☎(5683) 0341



パルカレッジ受講風景



平成18年度講座「コミックエッセイを描こう!」を受講した方の作品を掲載しています。

今回の料理人

青山 健一郎さん 東区在住



2回目の講座で、魚のおろし方を習いました。初めてなので

実際に足を運んでみると、初心者どころか「晩ご飯は毎日作っています」というようなベテランの方が多くてびっくり(笑)。それでも皆さん親切な方ばかりで、いろいろ教えてもらいながら、毎回楽しく通っています。

目標は、家族で出かけるキャンプでアウトドア料理に挑戦することです!

材料(4人分)

エビ(無頭、殻つき) 400g、塩小さじ1、片くり粉大さじ1、㊤(酒、片くり粉大さじ1、塩少々)、油大さじ2、豆板醤小さじ1強、トマトケチャップ大さじ3強、㊦(酒大さじ1、砂糖大さじ1・1/2、塩小さじ2/3、醤油小さじ1/2、スープ1/2カップ)、水溶き片くり粉(片くり粉小さじ1、水小さじ2)、ねぎ1/2本、しょうが15g、にんにく1かけ、ごま油小さじ1、酢小さじ1、レタス2枚

作り方

- ①エビは背わたをとり、殻をむく。塩小さじ1、片くり粉大さじ1をふり、手でもむように洗い、水でよく洗い流す。
- ②水気をふいたエビに㊤で下味をつけ、10～15分くらいおいてから、色が変わる位ゆで、ザルにあげる。
- ③鍋に油をしき、みじん切りにした1/2の量のねぎ、しょうが、にんにくを炒める。
- ④㊦に豆板醤、トマトケチャップ、㊦を加え、炒める。
- ⑤②でゆでたエビを加え、水溶き片くり粉を混ぜ合わせる。
- ⑥ごま油、お酢、1/2の量のねぎを加える。
- ⑦レタスを盛った皿の上に、⑥をのせて出来上がり。

不安でしたが、テーブルナイフを使うと簡単にできるんですよ。「料理って『やらないからわからない』ではなく、やってみると意外とできるものなんだ」と実感しました。

講座に通い始めたことをきっかけに、料理雑誌を見ながらカレーを作るなど、キッチンに立つ機会が増えました。わが家はキャンプが好きで、車でもよく出かけるのですが、これまでのキャンプでの食事はいつもバーベキュー。せっかく料理に目覚めたので、飯ごうでご飯を炊いたり、ダッチオーブンでくんせいしたりなど、アウトドア料理にもチャレンジしたいと思っています。テントや調理グッズをそろえて、キャンプ場を泊まり歩きながら料理を楽しめるようになったら最高ですね。



男の料理談義

簡単レシピ

エビのチリソース