

# せいぶ

No.92 (2016年7月)

発行: 上野西部地区住民自治協議会 総務・広報・人権部会  
伊賀市上野福居町(上野西部公民館内)  
<http://www.uenoseibu.com/>

## 楽しく 健康ウォーキング

6月11日(土)健康・福祉・スポーツ部会と健康の駅長主催の健康ウォーキングが行われました。梅雨に入り天候が心配されましたが、好天に恵まれ参加した32名が無事歩破しました。

のどか村からウォークを開始、信貴山大虎→弁天堂→空鉢護法堂→本堂など約5キロをお参りしながら楽しくウォーキングしました。食事後矢田寺へ参拝、アジサイの咲き誇る庭園を散策しました。

健康・福祉・スポーツ部会報告



参加された皆様 信貴山朝護孫子寺にて



## 往古川(おもがわ) の水をきれいにしよう会総会

6月16日、上野西部地区市民センターにて往古川の水をきれいにしよう会の総会が開催されました。総会には国土交通省木津川上流河川事務所の

の畠山さん、伊賀市の大橋生活環境部長らが来賓として出席されました。会は平成27年度の事業報告・会計決算報告を承認し、新役員の選出、28年度の事業計画及び会計予算の承認と順調に議事を終了しました。選出されました会長・副会長は次の皆さまです。

会長 八尾光祐、副会長 森田文彦、小坂敏治、秋葉茂能 (敬称略)

往古川とは見た目は国道368号線の西側を国道に沿って木興からJA横を北向きに流れ長田橋付近で木津川に合流する川ですが源流は根本坊池(緑ヶ丘)に始まり上野の市街地の雨水や生活排水の大部分が処理されることなくそのまま流れ込んでいる川です。

水質改善に向けて **マイエンザ説明会** 詳細裏面

上野西部自治協生活環境保全部会

生活・環境・保全部会から

# マイエンザ説明会のお知らせ

日時 7月6日(水) 14時30分から

場所 西部地区市民センター

上野西部地区自治協生活・環境・保全部会ではマイエンザの普及活動を通じて往古川等の水質改善に取り組んでいます。当部会ではマイエンザの作り方や使用法について説明会を開催しますのでぜひご出席ください。尚当日マイエンザをお分けいたしますので空のペットボトル（きれいなもの、蓋付き）をお持ち下さい。又材料のドライイーストを必要な方には無料でお分けしますのでお申し込みください。☎21-0263 稲垣まで。

## マイエンザの作り方

### 1000mlの場合

ペットボトルは1000mlを使用ください

材料

砂糖・・・30g      パン酵母・・・10g（ドライイースト）

ヨーグルト・・・50g      納豆・・・0.1粒

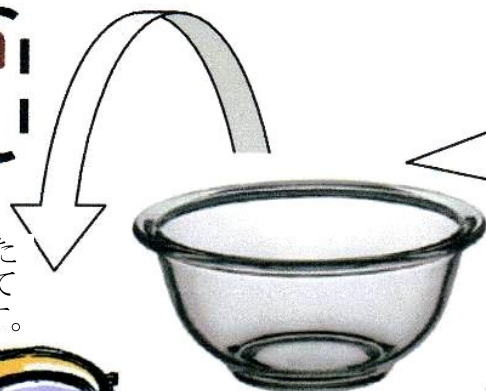
温水（35℃～42℃）・・・500ml

実際の作業時間

約 15分

④

ドロドロの状態になった材料をじょうごを使ってペットボトルへ移します。



① 砂糖30gとパン酵母10gを均一に混ぜます。

② 次にヨーグルト50gを加えさらにかき混ぜます。

③ その上に納豆を茶こしに乗せて、温水500mlを注ぎ（ネバネバ粘液だけ）よくかき混ぜます。

この間キャップを緩めてガス抜きを

ペットボトル

温水は半分位

培養中は、ペットボトルを絶対に振らないこと

⑤

ペットボトルホルダーに入れ24時間保温します。（35～42℃ぐらい）すぐにぶくぶくと発酵が始まる。

培養中



なめて酸っぱければ成功

⑥

24時間後に水道水を500ml足してキャップを良く締めて完成！

