

じっくり心をこめて

スロー フード

88



たけのこバーグ

たけのこは、食物繊維が豊富で体にとっても良い食べ物です。和風でも洋風でも炒め物でも何にでも合う食材です。

《今月のご紹介》

関川村食生活改善推進員 の皆さん

材料 (2人分)

- ・とりひき肉 200g ・ゆでたけのこ 150g
- ・スナップエンドウ 50g
- ・しょうが(みじん切り)大1/2
- ・ネギ(みじん切り)大2 ・とき卵 1/2個分
- ・かたくり粉 大1 ・塩 少々 ・油 少々
- ・だし汁 50cc

【調味料】・しょう油、みりん、砂糖、だし汁 各大1

作り方

たけのこは穂先の100gを薄切りにし、残り50gは粗みじん切りにする。

ひき肉、しょうが、ネギ、卵、塩少々、かたくり粉大1をよく練り、粗みじん切りにした を加えて混ぜる。4個の小判型に整える。

調味料を合わせておく。

フライパンに油を熱して の両面を焼き、 の調味料を煮からめて器に盛る。

フライパンをきれいにし、油少々で の穂先とスナップエンドウを炒め、塩少々とだし汁50ccを加えて3分ほど煮て に添える。

市販のたけのこは水から1回ゆでこぼすと臭みが抜けておいしくなります。

せきかわ文芸

俳句・川柳

俳句

せせらぎのおともぬくんでねこやなき

大塚 冲正(中束)

春つららこもれ日の中あまどころ

大塚 冲正(中束)

短歌

病院も節電となる日曜日

須貝 恵美

杖付き登る五階の病棟

(高田)

静々と蕾を解く白つつじ

小池 啓子

開きて更に白さを極め

(下関)

郭公の声に併せて歩を運ぶ

佐藤 庄七

何故とはなしに愉快になりて

(愛広苑)

おさな児をかき抱き廁へかけ込みて

渡辺千恵子

地震鎮まるを只ただ待ちし

(上関)

関川俳句の会作品

竹の秋真ん丸夕日に山隠る

渡辺しづい

山独活の香りで春を確かめぬ

渡辺しづい

四方の山夢見る如し旅終る

渡辺しづい

衣ぬぎ大工仕事や山笑う

渋谷 くに

爽風をうけ親鸞の寺巡り

渋谷 くに



国際ボランティア学生協会
IVUSA 通信

最近の活動

六月十九日に国士舘大学にて、関東の各大学の会員が一同に集まり、年に四回開催される関東定例会が行われました。今年度一回目の開催ということもあり、参加人数は総勢三百五十人を超え、一年生も大勢参加しました。

内容としては、会員同士



関東定例会の様子

定例会終了後に、夏プロジェクトの参加エントリーも始まり、「えちごせきかわ大したもん蛇まつり」にも既に50人を超える会員がエントリーをしています。

今夏の大したもん蛇まつりにも大勢の学生が参加する予定です。

よろしくお祈いします。



告知をする「関川村」担当の嵯峨リーダー

の交流を深めるものから、個人、団体としてのスキルアップを目指す研修等、様々なプログラムが行われました。

今回は、夏前ということで、「えちごせきかわ大したもん蛇まつり」を始めとする夏の各プロジェクトの告知が行われました。

IVUSA 学生の声



牧口 直人
(立命館大3年)

- Q** 関川村での活動に参加したきっかけは？
- A** 初めての参加したときは、ただの興味本位でした。でも、冬に参加すると決めた時は、また夏に会った村の方に会いたいと思って参加しました。
- Q** 参加前と参加後で変わった事は？
- A** 村で村の方と飲むお酒がとても美味しいと感じました。(あまり飲みません)が、あとは出会う方々がとても元気で、「若い!!」って思いました。
- Q** 今後関川村とどう関わっていくか
- A** 関西の人や家族、友人に関川村の自然や村の方々について伝えたいです。実家に帰省する感覚で村を訪れるようにできたらいいなと思います。

せきかわ文芸

せきかわ川柳会作品「酔う」「念の」

思い出に良き事多し新茶汲む	若者の若さ弾ける夏衣裳	庭先に出れば寄り来る雀の子	新茶入れ至福の時や午後三時	はまなすやここ関川もさきほこり	夏空や飛行機雲の流れけり	甚平の似合う人なり冷奴	酔う	念の
洪谷 くに	南 セツ	南 セツ	南 セツ	青木 慶一	青木 慶一	青木 慶一	渡辺しづい	渡辺しづい
							平田 千恵	平田 千恵
							平田 千恵	平田 千恵
							南 セツ	南 セツ
							南 セツ	南 セツ
							本間 イミ	本間 イミ
							本間 イミ	本間 イミ