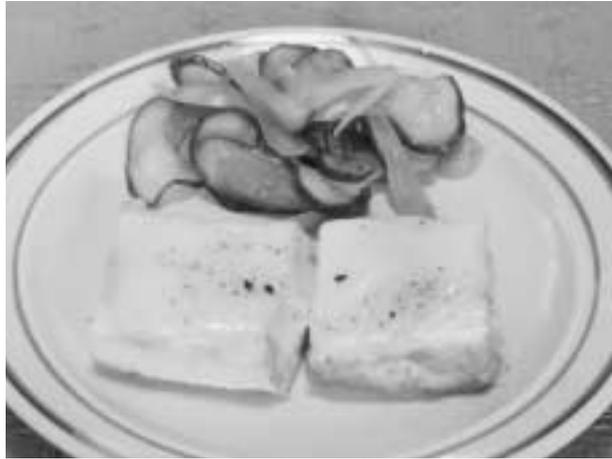


じっくり心をこめて

スロー フード

91



厚揚げのチーズ焼き

手軽に作れる一品で、お酒のつまみにもぴったり。厚揚げはタンパク質が豊富なので体にも良いですよ。

《今月のご紹介》

関川村食生活改善推進員 の皆さん

材料 (4人分)

- ・厚揚げ 2枚 ・とろけるチーズ 4枚
 - ・きゅうり 1本 ・らっきょうの甘酢漬け 適量
 - ・塩 少々 ・サラダ油 少々 ・七味とうがらし 少々
- 【たれ】
- ・みそ 大1 ・砂糖 小2 ・酒 大1/2

作り方

厚揚げは、1枚を食べやすい大きさに8等分する。きゅうりは薄切りにして塩をふり、しばらくおいてから洗い流して水気をしぼる。らっきょうは薄切りにしてきゅうりと合わせる。

たれの材料を合わせる。

フライパンに油を熱し、厚揚げの両面を色よく焼き、 たれを塗り、4等分に切ったチーズをのせ、ふたをしてチーズが溶けるまで焼く。

器に盛って七味とうがらしをふり を添える。

せきかわ文芸

俳句・川柳

俳句

カジカ取りめがねの上下で にらめっこ

大塚 冲正(中束)

リモコンでとんでるような鬼ヤンマ

大塚 冲正(中束)

短歌

幾年の歳月経しも子の墓に
友の情けかカップ酒有り

須貝 惠美
(高田)

馬追いは去年と同じ葉の上で
酷暑の夏の終りを告げる

佐藤 庄七
(愛広苑)

家からは二分で行けるJ.P、J.R
今日は歯医者へ徒歩三分で

小池 啓子
(下関)

吾いうを聞いてないらし初耳の
如くに夫はもの言いにけり

渡辺千恵子
(上関)

関川俳句の会作品

原爆の書を読み心乱しけり

渋谷 くに

はにかみて神輿担ぎて孫の来る

渋谷 くに

かなかなや癌病む人を思いやる

渋谷 くに

窓からの青田も黄ばみ初めたり

渡辺しづい

啄木鳥に一心不乱を教えられ

渡辺しづい

盆花や畦に残され咲きこぼれ

渡辺しづい



国際ボランティア学生協会
IVUSA 通信



大したもん蛇まつり
八月二十六日から二十九日の四日間、学生百五十九名、事務局員二名、OBOG二十名の総勢百八十一名で訪問させていただきました。関川村役場、サポーターズチーム、おりのの会、村民の方々にお世話になりました。本当にありがとうございました。

また来年も引き続き関川村に「ただいま」と帰ってこられるように、日々の活動を継続していきます。

IVUSA 学生の声

地域の茶の間で仲良くなった一人のおばあちゃんとは今でも文通をしています。その手紙が嬉しくて、机の上に手紙を置いて毎晩読んでいました。おばあちゃんからは「また手紙をもらってまたまた嬉しくて何度も読み返しています」と書いてあって、私もとっても嬉しくなりました。

自分が関川村のおばあちゃんの元気の素になっていると思うととっても嬉しいです。これからもこの関係、そして文通を続けていきたいです。

(関川村初参加の一年生)

一番感じたことは、たくさんの方の「感謝」。プロジェクトに関わるようになり、そのたびに気づかされる村の方々のありがたみ。わかつてはいたものの、今年が一番感じました。そしてリーダーの私のために、自分ができることを精一

杯やってくれた同期のメンバー。他にも決して現場を動かせてはいなかったけど、疲れている私をなんとか労わろうとしてくれる気持ちがとてもとても嬉しく、温かかったです。

私が最終日に流した涙は、よくある「つらかったけど達成感でいっぱいだから」ではなく、多くの方々への感謝の気持ちで胸がいっぱいになったからです。

(リーダー 法政大学4年 嵯峨 奈都美)



夏休み期間中の活動

- 【関東】
 - ・東日本大震災救援活動
 - ・九十九里浜全域清掃大作戦
 - ・栃尾ふるさとづくり活動
- 【関西】
 - ・天草流木撤去活動
 - ・里山保全活動

せきかわ文芸

夏行事すべてを終り村静か
台風の行く手気になる収穫期
なつかしき人思い出す大花火
リモコンをかたく握りて甲子園
にぎやかな隣の家や盆の客
暑気払い何はともあれ髭を剃る
夜会するぶどう畑のそぞろ寒
風のはこぶとぎれとぎれの盆の歌
夏祭り孫走りよる露店商

南 セツ
南 セツ
南 セツ
青木 慶一
青木 慶一
伊藤 久恵
伊藤 久恵
伊藤 久恵

せきかわ川柳会作品「斜め」「徹する」

線香の煙斜めに秋彼岸
落第生夜も日について持ち直す
海岸の松は斜めに気を揃え
静寂の暗を斜めに稲光
水着の子ポースは斜めカメラ前
冷房は使いませんと老いの意地
盲目の愛に斜の芽が伸びる
今日のママご機嫌斜めいいえ地声
一徹な父のたどった軌道見る
被災地を一人ぼっちで避難の子
就職難も希望の職で恵比寿顔
盆帰省かじかの味覚に舌つつみ

渡辺しづい
渡辺しづい
渡辺しづい
南 セツ
南 セツ
南 セツ
平田 千恵
平田 千恵
平田 千恵
本間 イミ
本間 イミ
本間 イミ

訂正とおわび
八月号に掲載したせきかわ文芸「松田栄(上関)さんは「松田榮(下関)さんの誤りでした。おわびして訂正します。」