

じっくり心をこめて

スロー フード

100



キャベツとひじきの酢の物

栄養満点のひじきを使った酢の物。もう一品おかずが欲しいときにいかがですか？これからの暑い季節には最高です！

《今月のご紹介》

関川村食生活改善推進員 の皆さん

材料 (4人分)

- ・キャベツ 100g
- ・にんじん 少々
- ・ひじき(戻し) 大1
- ・さけるチーズ 1本
- ・わさび 適量

【A】

- ・酢 大さじ1
- ・しょうゆ 大さじ1/2
- ・みりん 大さじ1強
- ・水 大さじ1

作り方

キャベツは5mm～7mmの厚さにざく切りにし、戻したひじきとにんじんの千切りと一緒に熱湯にくぐらせて水気を切る。さけるチーズは他の材料と同じくらいにさいておく。

Aの調味料をボウルに入れ、 を加えて混ぜ合わせ、器に盛り付ける。

好みでわさびを加えてもおいしい。

せきかわ文芸

「ふれあいの家歌会」作品

村長選

バケツ苗 俺とおんなじ 男前

八幡 達雄

幼い日 お婆ちゃん と行く 山菜採り

田中 ノイ

運動会 孫を応援 どこにいた

佐藤 雪子

懐かしく 思い出すのは 考古亭

渡邊 忠利

空き家でも 花が咲いたか 雪割草

伊藤 マスミ

社協事務局長選

田の土手で おにぎりほおばる なつかしい

佐藤 アツ子

路を採り 皮をむきむき 孫思う

渡邊 ヨシ

俳句・川柳

俳句

緑り映え 風さわやかに 鯉のぼり

大塚 沖正(中束)

奥山の たおれし老木 そばに墓地

大塚 沖正(中束)

短歌

蟻地獄逃がすまいぞと砂撥ねる

佐藤 庄七

ここを先途とのがれる 蟻は

(愛広苑)

悲しみも喜びも共に分かち合う

須貝 恵美

友有りてこそ心癒さる

(高田)

緑なす初夏の風爽やかに

小池 啓子

四時のそよぎを窓から受くる

(下関)

年ごとの同級会に来し人が

渡辺千恵子

満山みどりのなかを逝きたり

(上関)



国際ボランティア学生協会
IVUSA 通信

最近の活動

今年度のIVUSAが開始し、ほとんどの1年生が初の活動である春合宿を経験しました。

春合宿とは、エリアごとで行われ、1泊2日のスケジュールで、研修や危機対応等について学ぶ講習会のことです。

研修では、IVUSAの7か条を基にして、社会で必要とされるスキルや、IVUSAのマインドを知ってもらおうと、各大学が準備した研修内容について学び、有意義な時間を過ごすことができました。

合宿を終えた学生たちにとっては、新しくIVUSAの一員となった1年生とともに、夏の活動に向け意識を高めるいい機会となりました。

各大学では、これから本格的な活動に移ります。

◀ 研修のようす



IVUSA学生の声



山下明日香
(龍谷大学 2年)

Q 関川村での活動に参加しようと思ったきっかけは?

A 昨年のリーダーであった嵯峨なつみさんから関川村での3年間の思い出を聞いて魅力を感じたからです。

Q 参加前と参加後で変わった事は?

A 関川村の方との交流を通じて、人の温かさを実感しました。また、地元が鳥取なのですが、地元と同じような居心地の良ささと人の温かさに懐かしさを感じました。関川村に行つて、地元にも魅力があることに気づきました。

Q 今後関川村とどう関わっていききたい?

A 関川村が、そして関川村の方が好きです。帰りたいと思える場所、帰れる場所がある。そのことがこんなにも幸せなことなんだと実感しました。この素晴らしい関川村の魅力をもっと知りたいたい。そして多くの人に広めたいです。

大学を卒業するまでは勿論、卒業してからも会いたい、帰りたい、とお互いが思えるような関係を関川村の方とつくっていききたいです。

せきかわ文芸

関川俳句の会作品

新緑や玄孫の離乳始まりぬ
渡辺しづい

垣根越し見事に垂れし藤の花
渡辺しづい

晩春やくつきり白く飯豊山
渡辺しづい

早乙女といはれし昔むかしかな
渋谷 くに

初々し色美しき新茶かな
渋谷 くに

手の平の蒲公英の絮飛びつくす
渋谷 くに

山吹の咲き乱れたり風ゆらす
伊藤 久恵

まち並の柳に風のそつと抜け
伊藤 久恵

寒暖の差を気にしつづ衣更
伊藤 久恵

電車待つホーム流るる青田風
青木 慶一

夏帽子それぞれあつて水車小屋
青木 慶一

十葉のあまた咲きたる道の端
青木 慶一

こもり居をドライブせむとつれ出され
南 セツ

月山はまだ残雪やハイウエー
南 セツ

一雨に花をつけたる茄子畑
南 セツ

せきかわ川柳会作品「偲ぶ」「ゴール」「雑詠」

遠慮なく境界越えて出る言葉
渡辺しづい

良く回る舌が本音の堰を切り
渡辺しづい

最後まで逆立ちさせるマヨネーズ
渡辺しづい

それぞれのルーツ背負つて湯に浮かぶ
平田 千恵

残された歳月生きるネジを巻く
平田 千恵

ちぎれ雲遠い思い出甦る
平田 千恵

金婚のアルパム眺め夫偲ぶ
本間 イミ

今は亡き母の介護が甦る
本間 イミ

八十路坂健康管理で恙無く
本間 イミ

戦中の食糧偲ぶ笹だんご
南 セツ

運動会親が飛び出すゴール前
南 セツ

初あるきゴールは母の腕の中
南 セツ