

じっくり心をこめて

スロー フード

109



しいたけのチーズ白和え

村特産品の「あらかわ生しいたけ」は軸(柄)まで食べられるおいしいしいたけです。

チーズ入りの変わった白和えですが食べやすく、子どもからお年寄りまでおすすめです。

《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)

- ・生しいたけ 12枚 ・サラダ油 大さじ1
- ・塩 少々 ・酒 大さじ2

【あえ衣】

- ・絹ごし豆腐 1/4丁 ・クリームチーズ 大さじ2
- ・マヨネーズ 小さじ1 ・塩 小さじ1/2

作り方

- ① しいたけは石づきを除き、6つ割りにする。フライパンにサラダ油を熱し、しいたけを入れて中火でさっと炒める。塩をふってさらに炒め、酒を回しかけ、汁気がなくなったら火を止めて冷ます。
- ② 豆腐は紙タオルで包み、その上に平らな皿をのせて15分間おいて水気をきる。ボウルに入れ、あえ衣のほかの材料をすべて加え、泡だて器でしっかりと混ぜ合わせる。
- ③ ②のあえ衣に①を加え、サクッと和える。

せきかわ文芸

俳句・山柳

俳句

暖かな 明るいのべの つくしんぼ
この寒むさ 梅も桜も まだねてる

大塚 沖正 (下川口)

春めきて 窓の水滴 少し減り
初午や 露店に 酢茎 樽一つ
故郷の 粽の香り 母偲ぶ

横山 一正 (東京都)

短歌

日輪を透かし見る雲細雪
風なき野道を気まゝに歩む

佐藤 庄七
(愛広苑)

震災のテレビ見詰める吾を見て
婆ちゃん泣くなど曾孫の男の子は

須貝 恵美
(高田)

ボイラーの音を聞きつつ湯に入るは
エコに逆らうこちこそする

渡辺千恵子
(上関)

関山俳句の会作品

起しがけの目にとび込むや春の彩
着ぶくれて足の運びもままならぬ
風邪気味と云えばすぐ妻玉子酒

渡辺しづい
渡辺しづい
渡辺しづい



■最近の活動 春のプロジェクト

関川村のプロジェクトも含め、春プロが無事終了しました。春プロは、雪原カーニバル中里、3・11プロジェクト、里山保全活動、長岡市栃尾地区の裸押し合祭やほだれ祭がありました。やはり、活動ができたということは地元の方々の皆々のおかげで、活動する事ができたということです。本当に、支えられて活動できていると実感することができました。改めて、御礼申し上げます。

この春もまた、全国各地に元気を置いてくれることができました。今年度も残り少ないですが、IVUSAの活動はまだ続きます。



IVUSA学生の声



横山 昇平
(立命館大学 4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 きっかけは単純で、班長さんに「1年生の春プロジェクトか行かへんの?」

って言われて「どこも行かないです」と答えたのですが、「どもんご祭りが雪原カーニバルのどつちかに参加してみいや」と言われたのがきっかけです。

Q 参加前と参加後で変わった事は?

A 参加前はどもんごがIVUSAに入ってから初プロだったので、不安もありましたが関川村ってどんな場所ってどんなところかなと楽しみでした。参加後は関川村の方々の温かさや、お酒のあいしさなど毎年行く度に魅力が増えていき、4年間ハマりました(笑)

Q 今後関川村とどう関わっていききたい?

A この前に役場でインターンシップをさせていただいて関川村役場で働くのもいいなって思いました(笑)

OB・OGになっても社会人になったとしても休みが空けば帰りたいと思っています。

せきかわ文芸

せきかわ山柳会作品「緩む」「パッと」

吹雪く日に集いて部屋は暖かく
軸替えていよよ我が家も雛かざり:
嬉しさの一つに日脚のびしこと

春一番吹きて近づく春を待つ
近づきてまた遠のきて巡る春

冬一夜雪原に舞う雪ほたる

初午の太鼓の音の春を呼ぶ

雪原に湯気立つとき春の雨

靴底の土の温みを楽しめり

春一番花売る店の賑わいて

卒業や手取り肩抱き友と友

ばらばらと写真の散りて春の雪

春よ来い雪の下から落のとう

泣く子より聞くに耐えない親の声

結婚で唯一学んだ耐えること

緊張が一度に緩む合格点

愛犬も機嫌悪いと寄りつかず

渡辺しづい

渡辺しづい

渡辺しづい

渡辺しづい

渡辺しづい

渡辺しづい

渡辺しづい

洪谷 くに

洪谷 くに

洪谷 くに

伊藤 久恵

伊藤 久恵

伊藤 久恵

伊藤 久恵

伊藤 久恵

伊藤 久恵

伊藤 久恵

伊藤 久恵

伊藤 久恵

伊藤 久恵

伊藤 久恵