このコーナーに登場していただける方を募集しています。自薦他薦は問いません。

じっくり心をこめて スローフード 112

《今月のご紹介》

関川村食生活改善推進員の皆さん

夏の野菜スープ

夏野菜には整腸・便秘解消、美肌作り及びアンチエイジング効果が期待できる成分がたっぷり含まれています。夏バテ予防に、夏の鮮やかな野菜を組み合わせ、酢を加えてさっぱり感を出した一品をお召し上がりください。

材料（1人分）

・なす　80g　・ピーマン　30g
・トマト　1/4かけ　・しょうが　小さじ1/4
・オリーブ油　小さじ1　・女川ウインナー　2本
・しょうゆ　小さじ1/2　・酢　小さじ1/2
・大葉　1枚　・かつおだし　（水）1カップ、（削り節）3g

作り方

① なすはヘタを切って皮をむき、輪切りにする。ピーマン、トマトは乱切り、しょうがはみじん切りにする。
② 鍋に油を熱してしょうがを炒め、香りが出たらなすとピーマンを炒め合わせる。だし、トマトを加え、ふたをして沸騰したら弱火で約10分煮る。
③ しょうゆ、酢で味を調え、器に盛って粗みじん切りにした大葉を散らして出来上がり。

せきかわ文芸

俳句・川柳

俳句

八十路坂（やそじ）　登りきれるか　まだ一歩
雨がえる　つれて来たのか　雨雲を

大塚　沖正（下川口）

川越の跡　人の波　森若葉
紫陽花（あじさい）や　朝日をうけて　淡緑
山里の　田植えみつめる　道祖神
箱根路の　往時を語る　人あるき

横山　一正（東京都）

短歌

離れ住む曾孫愛しく微笑めば
上下四本の前歯いとしき

須貝　恵美（高田）

この池の生生流転へびかえる
水辺の小虫空にはからす

佐藤　庄七（愛広苑）

不揃いのマルの並びし手紙もて
読めば分かると三歳は言う

渡辺千恵子（上関）

関川俳句の会作品

辛夷咲きいよよ眠気を誘いけり　渡辺しづい
こんこんと流れる水や花菖蒲　渡辺しづい
リラの花香る庭先草むしり　渡辺しづい

国際ボランティア学生協会
IVUSA 通信

■最近の活動

●IVUSA活動報告会がありました

IVUSAの一年間の活動成果を報告するイベントが5月12日・19日に関東・関西で計3回行われ、学生や学生の保護者、企業の方など多くの方々が参加しました。

国際協力や環境保護、地域活性化、災害救援などIVUSAの数々の活動がある中、地域活性化として「関川村大したもん蛇まつり協働活動2012」の報告も行いました。

報告では関川村の方々とのつながりやまつりの活気、関川村の素晴らしさを観客に向け発表し、観客の心を掴みました。

IVUSA学生の声

今月は関西報告会での大したもん蛇まつりの発表者に感想を伺いました。

中島　晴香
（立命館大学 2年）

Q 去年の活動に参加した感想は？

A 去年初めて活動に参加させていただいて、実際に行くまでは、村の方々は私たちのことをどんなふうに受け止めていらっしゃるんだろうって、不安でした。最初は、おせっかいだと思われるんじゃないかって考えていました。

でも、私たちが訪問するととても喜んでくださって、本当に嬉しくて、すごくあったかい気持ちになりました。

Q 報告会を通して自身の関川村に対する想いが変わったところは？

A 正直に言うと、去年は完全に受け身の状態でした。でも、報告会で発表するために村のことをもう一度学んで、去年の活動もじっくり振り返ってみて、先輩方が繋げてきてくださった縁とか、私が村で出会った方々との縁の大切さ、ありがたさを改めて意識するようになりました。

次は受け身でなく、自分の持っているもので何か村の力になりたいって思います。

Q 今年の意気込みは？

A 今年は受け身ではなく、10年間、関川村の方々と関川村の方々と先輩方が積み上げてきたものをかたちにできるように、自分から働きたいです。

報告会のために関川村のことばっかり考えていた一か月ちょっとだったので、今から行くのがめちゃくちゃ楽しみです！

せきかわ文芸

田植え唄唄う人皆老いにけり　南　セツ
声かけて野菜に水やり一日（ひとひ）終え　南　セツ
初なりや五センチ程のキウリ見え　南　セツ
朝一番鉢に水遣り初音聞く　伊藤　久恵
茄子胡瓜家庭菜園楽しみぬ　伊藤　久恵
新緑の眩しき湖水に山映す　伊藤　久恵
新茶入れ名菓一つの至福かな　渋谷　くに
をちこちに山藤盛る峠道　渋谷　くに
香りたる煮物に添えし木の芽かな　渋谷　くに
柿の花多しが妻は生（な）り年と　青木　慶一
動き止め鮎釣り人や二三人　青木　慶一
青田中ローカル線の駅静か　青木　慶一

せきかわ川柳会作品「部分」「苦い」

飲みっぷり見せるつもりがつぶれてる　渡辺しづい
とび跳ねていたらうっかり谷底へ　渡辺しづい
念仏を唱えながらに踊りぐい　渡辺しづい
ほろ苦い山菜春の旬の味　平田　千恵
天災が起きてから練る善後策　平田　千恵
姉のお古文句云わずに戦時中　平田　千恵
苦虫の爺を笑顔に変える孫　南　セツ
陽やけ部分子供の遊びを語ってる　南　セツ
花植えも部分によって色を変え　南　セツ
母からの移植の一部元気づく　本間　イミ
術後にはリハビリクリア退院に　本間　イミ
快復に苦い御飯も甘くなる　本間　イミ