

じっくり心をこめて

スロー フード

122



《今月のご紹介》

関川村食生活改善推進員 の皆さん

材料 (1人分)

- ・ごはん 茶碗1杯分
- ・納豆 1パック
- ・オリーブオイル 小さじ1弱
- ・ちりめんじゃこ ひとつまみ
- ・小ねぎ 少々
- ・焼き海苔 1/4枚

作り方

- ① 納豆のパックを開け、その中にオリーブオイルを入れてよく混ぜる。焼き海苔は適当にちぎっておく。小ねぎは小口切りにしておく。
- ② 茶碗にご飯を盛り、①の納豆と小ねぎ、ちりめんじゃこ、ちぎった焼き海苔をのせ、付属のタレを全体にまわしかけたら出来上がり。

ぱぱっとカンタン朝食メニュー♪ 元気もりもり納豆丼

ちりめんじゃこにも塩気があるので、入れすぎには注意しましょう!!
おうちでのランチにもおすすめです♪

せきかわ文芸

俳句・山柳

俳句

ねむる日に 目ざめる月や 天の川
春よ春待ってるよりも 連れてこい

大塚 沖正 (下川口)

雪解田 ひかりきらきら 銀のなみ
水温む 落合川に 子等遊び
午祭 伏見の里に 春の声
道あるく 割れ目継ぎ目に 春の草

横山 一正 (東京都)

短歌

山肌に白くのこれし残雪も
春風吹いて緑色ます

大塚 沖正
(下川口)

雪割草このひととせの気配りを
見せる人あり覧に来る人も
ゆうあいの職員優し誕生日にと
吾写されて折鶴の中

佐藤 庄七
(愛広苑)
須貝 恵美
(高田)

しだれ梅ひと枝折りて供えれば
春が来たかと夫の声する
赤き服着ることなしと除けども
ふたたび戻る引き出しの中

須貝 恵美
(高田)
渡辺千恵子
(上関)

関山俳句の会作品

降り止みし桜並木の朝の影

渡辺しづい



関川村とIVUSAのつながりを振り返る

2004年、関川村出身学生の熱い想いをきっかけに、私たちIVUSAと関川村の関係は始まりました。夏には、村の一大行事であるえちごせきかわ大したもん蛇まつり、また冬には大石どもんご祭りや七ヶ谷雪ほたるのお手伝いをさせていただいて、昨年の秋には「The MATSURISAMMIT in 関川村」のサポートスタッフとしてもかわらせていただきました。

私たちIVUSAは関川村の方々とのお会いを通して、貴重な経験をさせていただく中で、人としての温かさ・新たな発見にたくさん出会いました。この関係も



昨年度に、10周年という節目を迎えさせていただき、「学生として関川村にできること」を、今後の活動でさらに追及し、村の活力に繋がっていきたいと思っています。

また、私たちがより戦略的に関川村の活動を行うため、そして経済的な面から地域活性化に貢献するため、IVUSAの中に10年目にして初めて年間のチームが組まれました。



2014年度 関川プロジェクト戦略 運営チームリーダーより

はじめまして。今年から関川チームが結成され、この1年間チーム長を務めることになりました立命館大学4年生上野涼子です。

今まで行っていたまつりを盛り上げることだけでなく、この10年間でできた多くの繋がりを活かした年間を通して様々なことに挑戦して行こうと考えています。

学生の力は微力ですが、IVUSAのできる限界まで力を尽くして行きますので、時に見守り時に協力していただけると嬉しいです！

この1年間またよろしくお願ひします！



せきかわ文芸

せきかわ山柳会作品「雪」「減る」「雑詠」

雪消えし田の面に白鳥群りぬ	彼岸会や雪を踏まずに墓参かな	いとほしき我が家の雛を旅に恋う	床の間に活けし紅梅散る風情	雪囲いはずせる部屋に春日射す	水音に春の鼓動の聞こえ来る	黄水仙色なき春に競い咲く	日の光を借りて山々春色に	無情にも蕾をたたく春嵐	春早し手順とまどう農作業	雪残る畑に早々草青し	水音も春や吊り橋渡り来て	背を伸ばし猫の目細く春のどか	菖蒲湯の香り豊かや浸りけり	太り過ぎまざダイエットの食生活	ドクターに宣告されて病知る	紅一点庭にこぶしが咲き誇る	少雪で凌ぎ良い冬ありがとう	言いにくい話に口が重くなる	増税がまたも波立て重く来る	値上りの嵐吹く春気が重い	重い口酒の力で軽くなる	何もせずじっとしても減るおなか	九十才生きた言葉だ重く聞く	血数が減った我が家の消費税	一〇〇点は重かったねと頭撫で
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	伊藤 久恵	伊藤 久恵	伊藤 久恵	南 セツ	南 セツ	南 セツ	青木 慶一	青木 慶一	青木 慶一	本間 イミ	本間 イミ	本間 イミ	平田 千恵	平田 千恵	平田 千恵	平田 千恵	渡辺しづい	渡辺しづい	南 セツ	南 セツ	南 セツ