

# じっくり心をこめて

# スロー フード

149



## たまねぎと大葉のスープ

たまねぎのうまみをいただくシンプルスープです。香りの強い大葉をのせることで、薄味でも気にならず、減塩効果も期待できます。

## 《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)

- ・たまねぎ 2個 ・ごま油 大さじ1
- ・塩 適量 ・水4カップ ・コンソメ 大さじ1
- ・塩 少々 ・黒胡椒 適量 ・大葉 4～6枚

### 作り方

- ① たまねぎは薄切りし、ごま油と塩をふり軽く混ぜ、鍋に入れしばらくおく。
- ② 弱火(から中火)にかけ、たまねぎがじっくりと茶色くなるまで炒める。
- ③ 鍋に水とコンソメを加え、あくを取りながらスープを仕上げる。
- ④ 塩・こしょうで調味する。
- ⑤ カップにスープを注ぎ、せん切りにした大葉を飾る。

## せきかわ文芸

### 俳句・山柳

俳句

北の街輪島朝市 まいもんを  
まいもんの 声を聞きつゝ 夏来たる  
海の音 働く人や 千枚田

(注) まいもん…能登弁(おいしいもの)  
ブリ、かに、のどぐろ、あんこう、お米、能登牛、地酒等  
紫陽花や 朝日をうけて 淡緑あわみどり

横山 一正 (東京都)

### 短歌

ふるさとは父と母との待つくにと  
帰る娘むすめ迎ふる庭の草ひく  
渡辺千恵子  
(上関)

### 関山俳句の会作品

口中にしばし転がすさくらんぼ 伊藤 久恵  
一年を無事折り返し半夏生 伊藤 久恵  
冷奴便利なものの一つかな 伊藤 久恵  
朝顔に元気をもらい水をやる 伊藤 久恵  
手作りのぬくもり残る粽ちまきかな 伊藤 久恵



国際ボランティア学生協会  
IVUSA 通信

◆勉強会を行いました！

7月9日に関西、7月16日に関東にて、「大したもん蛇祭り活性化活動」の第1回勉強会を開催しました。



▶第1回関西勉強会の様子

勉強会では、関川村の概要や関川村とIVUSAのこれまでについて学び、その上で、13年目を迎える今

夏の活動で自分にできることは何だろう、と学生一人ひとりが考えました。

活動に参加する学生同士の顔合わせは、今回が初めてでしたが、勉強会に参加する学生たちの表情には笑顔が見られ、活動に対するわくわくとした気持ちを感じられました！

「多くの経験をさせてもらい、お世話になった方がたくさんいる、私にとって特別な場所である関川村。みんなにとっても特別な場所になってほしい」というリーダーの挨拶で勉強会は終了しました。



リーダー  
共立女子大学4年  
門 田 奈 実

◆今年の夏も帰ります！

今年度の「大したもん蛇祭り活性化活動」は8月26日(金)から8月29日(月)ま

での4日間でいきます。関川村に訪れるのが初めてというフレッシュな1年生から、関川村のことを愛して止まない4年生まで、約150人の学生が関川村に帰ります！

お祭りの運営補助や、村の方の要望にお応えする「孫の手ボランティア」といった例年やらせていただいている活動内容に加え、この隊ならではの新たな企画も実施に向けて動いています！

また、祭り終了後に行う大交流会にも多くの方に来ていただけるよう、楽しい内容のものをたくさん用意しています。皆様のご参加をお待ちしております☆

◆IVUSA大交流会のお知らせ

日時／8月28日(日)  
時間／18時～20時30分  
(予定)

場 所／村民会館アリーナ  
参加費／1,000円  
(高校生以下無料)

今年も大したもん蛇まつりに合わせて、IVUSAが関川村で交流会を行います。1人でも多くの方のご参加をお待ちしています。

## せきかわ文芸

梅雨晴れや遠き山には雲の峰  
一点の雲なく紺碧夏至の空  
爺ちゃんの家庭菜園蝶が舞う  
さわやかに風の言葉や春暮るる  
青葉風窓開け入れて長き日よ  
風見えず夕日の泳ぐ植田かな  
群れ咲きて明るくなりぬあやめ園

伊藤 久恵  
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

### せきかわ山柳会作品「雑詠」

手に余る幸せ抱いて眠くなる  
ありがとう今日は何回言えたかな  
仙人に遠く白髪また迷い  
振り返り選んだ道に悔いはなし  
人生の門出を祝う結婚式  
数々の幸せくれる友がいる  
招待を受けたその日は旅行の日  
他の子を誉める言葉に子がむくれ  
長話猫が頂く焼魚

平田 千恵  
平田 千恵  
平田 千恵  
本間 イミ  
本間 イミ  
本間 イミ  
南 セツ  
南 セツ  
南 セツ

### 訂正とおわび

先月号の村上市・岩船郡中学校体育大会に掲載した「大島瑚白さん」が「女子」の欄に掲載されました。男子欄への掲載誤りでした。おわびして訂正します。