

じっくり心をこめて スロー フード 155



豆ごはん

節分にぴったりのレシピです。大豆で豆まきをしたお豆を入れて作ってみてはいかがでしょうか？

《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)

- ・米 240 g ・人参 50 g ・うすあげ 25 g
- ・大根の葉 25 g ・大豆(水煮) 30 g
- ・白炒りごま 5 g

【A】・しょうゆ 小さじ1・2/3

・塩 小さじ1/3 強

・酒 小さじ1 弱

作り方

- ① 米は洗って炊飯釜に入れ、2合分の水を入れる。
- ② 人参はいちょう切り、うすあげは油抜きをして縦半分に切ってからせん切りにする。大根の葉は熱湯でゆで、みじん切りにする。大豆は缶を開け水気を切っておく。
- ③ 人参、うすあげ、大豆、【A】を①に入れる。約30分おいてから炊く。炊き上がったら大根の葉を混ぜ、ごまをふる。

せきかわ文芸

短歌

うから書く「つらつら椿」の水茎を
見つづわが住む里の春思う

渡辺千恵子
(上関)

関川俳句の会作品

掛軸の由来聞き入る村茶会
湯の里の掛大根の白さかな
朝刊のチラシどっさり師走かな
正月も手抜きばかりの老二人
雪のない正月子等の声もなし
セットされたおせち料理に箸迷う
満点の大空仰ぐ冬至かな
夕映えを眺め柚子浮く湯に浸る
元旦の日脚が誘う散歩かな

伊藤 久恵
伊藤 久恵
伊藤 久恵
南 セツ
南 セツ
南 セツ
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」

元旦の水に今年の眼を覚ます
冷蔵庫満杯明日は子等が来る
今が在ることへ感謝の手を合わす
新年の心新たに幸せを
庭の松雪つりされて春を待つ
久々の年賀に遠い友しのぶ

平田 千恵
平田 千恵
平田 千恵
本間 イミ
本間 イミ
本間 イミ



もうすぐ…待ちに待った
冬の関川2017☆

今年の冬も関川村を盛り上げるべく、総勢150人で関川村に帰ります！関わらせていただく3つのお祭りの日程を去年の活動の写真を添えてお届けします☆

1 ケケ谷雪ほたる祭り

・活動の日程…
2月4日(土)～6日(月)
祭りの日程…2月5日

divusa

国際ボランティア学生協会
IVUSA 通信

2 大石どもんこ祭り

・活動の日程…
2月10日(金)～12日(日)
祭りの日程…2月11日



3 えちごせきかわ雪祭り

・活動の日程…
2月11日(土)～13日(月)
祭りの日程…2月12日



以上の8日間、関川村に学生が滞在することとなります。

祭りに来られる皆さまに楽しんでもらえるような企画を準備しています！ぜひ、お越しください☆

☆今月のせきかわっこ☆



◎あいうえお作文

せ 関川に
き 希望と
か 輝く目をもつて
わ わたしはまた帰ります！

今プロフィール

◎名前…小口桃子
(共立女子大学3年)

◎出身地…東京

◎好きな芸能人…綾瀬はるか

◎最近ハマっていること…海外ドラマを見ること

◎YOUは何しに関川へ？

…村の温かい雰囲気が大好きです！

関川村 × IVUSA 交流会のご案内

関川村の皆さん、こんにちは。IVUSAです。お元気していращやいますか？
私たちIVUSAでは関川村で今月におこなわれる3つのお祭りに、今回も張り切って参加させていただきます!!!

節分間近ではありますが、関川村の皆さんと“今年最初の乾杯”をしたいと思っています。夏春問わず、私たちIVUSAと一緒に活動をしてくださった皆さんと楽しく心温まる時間を過ごせたら嬉しいです。ご参加お待ちしております♡

■日 時 2月10日(金) 19時30分～22時

■会 場 の～む

■参加費 1,000円 当日受付(高校生以下無料)

※事前申し込みはございませんので、会場に直接お越しくださいませ。

【お問い合わせ先】

関川村役場 総務課 企画財政班 (市井 0254-64-1476)
国際ボランティア学生協会事務局 (千葉 03-3418-1840)

雪なしの正月子等は寄りつかず
三ヶ日雪なく畑眺めつつ
松かざり印刷になる世の変わり

南 南 南
セツ セツ セツ