

じっくり心をこめて

スロー フード

159



鮭とじゃがいもの煮物

だし汁は各家庭のお好みのとり方でお取りください。鍋に湯を沸かしだしパックを入れて作ると簡単です！煮ているときに混ぜすぎると煮崩れるので注意してください！

《今月のご紹介》

関川村食生活改善推進員 の皆さん

材 料 (5人分)

- ・生鮭 4切れ ・しょうが汁 3g
- ・酒 小さじ1/2強 ・じゃがいも 300g (3個)
- ・人参 120g (1/2本) ・いんげん 25g (5本)
- ・油 小さじ1 ・砂糖 小さじ2強
- ・酒 小さじ1/2強 ・しょうゆ 大さじ1弱
- ・みりん 小さじ1/2 ・だし汁 150cc

作り方

- ① 鍋に湯を沸かしだし汁を取る。鮭は骨と皮を除き、2cm角に切る。
- ② 鮭にしょうが汁と酒を振っておく。
- ③ 野菜は食べやすい大きさに切る。
- ④ 鍋またはフライパンに油を熱し、③の野菜を炒める。
- ⑤ ④の鍋またはフライパンに②の鮭とだし汁を加えて煮る。

せきかわ文芸

俳句

花過ぎて 知覧の里恋ふ 新茶かな

玄関に 色さまぎまの 牡丹華 ぼたんばな

こどもの日 のり合いバスに 鯉幟

横山 一正 (東京都)

短歌

小二の子かけ声かけて教えられる

渡辺千恵子

よろけよろけて踊るよさこい

(上関)

関山俳句の会作品

春近し山の雪形日々変り

伊藤 久恵

日々新たな色濃くなりて春の草

伊藤 久恵

花冷えに染井吉野も蕾待ち

伊藤 久恵

日を浴びて水仙の道今さかり

伊藤 久恵

友と見る今日と言う日の桜かな

伊藤 久恵

霞つつ浮かぶ粟島日本海

伊藤 久恵



国際ボランティア学生協会
IVUSA 通信

■活動報告会を 行いました

関東では5月13日、関西では5月21日に、活動報告会が行われました。

この活動報告会では、ボランティア活動中にIVUSAの学生を受け入れてくださった現地の方々や、協賛品などの支援をしてくださっている関係者の方々に向け、IVUSAが1年間で実施してきたボランティア活動の報告をしました。活動報告会にはテーマがあり、関東が「活動から運動へ」、関西が「無限の可能性」とどちらにも学生の熱意が込められています。報告の中では、活動の内容や成果、実際にその活動に参加した報告者の熱意や思いが語られました。

◀報告の様子

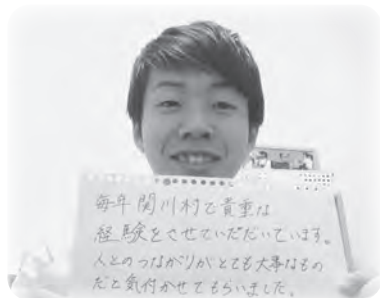


◀劇の様子



報告の他に、IVUSAが行う研修に基づいた、災害シミュレーション劇が披露されたり、学生が作った各活動の展示も飾られたり、多くの来場者の方々にIVUSAの活動を知っていただける機会となりました。

☆今月のせきかわっこ☆



今プロフィール

◎名前：牧野光大
(法政大学3年)

◎出身地：千葉県

◎参加したお祭り：

大したもん蛇まつり

大石どもんこまつり

◎関川村にラブレター

毎年関川村で貴重な経験をさせていただいています。

人とのつながりがとても大事なものと気付かせてもらいました。

来月号は、せきかわっこの対談をお送りする予定です！
すーいったい誰がどんな話をするのでしょうか。お楽しみに！

せきかわ文芸

せきかわ山柳会作品「雑詠」

積もるにも消ゆるも早し越の雪	渡辺しづい
除雪機に一声掛けて納屋の奥	渡辺しづい
子供の日すべり台までよくすべり	渡辺しづい
紫のやぶに下がる藤の花	渡辺しづい
強東風や猫のくわえし魚動く	渡辺しづい
新緑や訪う人もリラの香と	渡辺しづい

一服の朝茶に今日の幸が明け	平田 千恵
安心もしていられない核の傘	平田 千恵
辞書ばかり集めて脳をカバーする	平田 千恵

訂正とおわび

先月号の10ページ「入園入学の春」で掲載した「菅沼亜理菜さん(6年・下関)」は「菅沼亜里菜さん(6年・中東)」の誤りでした。おわびして訂正します。
また、19ページのせきかわ文芸「踏切で待つ間に探す路のとう」から「大あくび隠した手には収まらず」までの作品、「伊藤久恵」さんは、「渡辺しづい」さんの誤りでした。おわびして訂正します。