

じっくり心をこめて

スロー フード

167



海藻サラダ

野菜を加熱することで、かたさが和らぎ食べやすくなります。お好みでごまを入れたり、ごま油をかけたたりしてもおいしいです。

《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)

- ・わかめ(乾) 4g ・貝割れ大根 20g
- ・キャベツ 240g ・人参 40g

- 【A】
- ・しょうゆ 大さじ1弱
 - ・酢 小さじ1強
 - ・砂糖 小さじ1弱
 - ・塩 小さじ1/6弱

作り方

- ① わかめは水で戻し、よく水気を絞る。貝割れ大根は根元を落としてよく洗い、水気を切っておく。
- ② キャベツはせん切り、人参は皮をむいてせん切りにする。
- ③ 器に②のキャベツと人参を入れてラップをかけ、電子レンジで加熱する。(または鍋に湯を沸しゆでる)
- ④ ボウルに【A】と①～③の具材を入れて冷蔵庫に保存し、味をなじませる。

せきかわ文芸

短歌

終のすみか決めて歌った「千の風」
こころは清しと友の便りは

渡辺千恵子
(上関)

関山俳句の会作品

早も来し欠礼葉書年の暮
猿の来て木守柿まで食べにけり
カレンダー残り一枚寒々と
捨てきれず使いもせず年暮
枯枝にイルミネーション咲き誇り
討入りの語り継がる師走かな

伊藤 久恵
伊藤 久恵
伊藤 久恵
伊藤 久恵
伊藤 久恵
伊藤 久恵

せきかわ山柳会作品「雑詠」

助け合い金ではないよ心です
余命知らぬことも幸せ今日生きる
あきらめてしまえば軽くなる浮世

平田 千恵
平田 千恵
平田 千恵



国際ボランティア学生協会
IVUSA 通信

◆関川村協働活動2018

◆今年には降雪量が多いようで、関川村はどんな雪景色になっているのか気になる今日この頃。こんな時期が来たということは…！夏に引き続き、IVUSAが関川村で活動をさせていたただく日が近くなつてまいりました！そこで、今回は活動のリーダーを務める3名の学生からのメッセージをお届けします。



◆七ヶ谷雪ほたるまつり (2月3日～5日)

◆今ここに
ちは！初
めまして
今回雪ほ
たるまつ
りでリー
ダーを務
めます龍谷大学4年の江角

隆宏です。雪ほたる祭りではタランペークラブさんや、金俣、大石、安角、鮎谷、久保、蔵田島、上川口の7つの集落の皆さんなどたくさんの方と一緒に、雪ほたる祭りに参加した皆さんが笑顔になれるところあたたまるお祭りを作れることを目指します。学生の私たちがらしく、若さと元気を出して、雪ほたる祭りを精一杯盛り上げていきます。よろしくお願ひします。

◆大石どもんこまつり (2月9日～11日)



◆今ここに
ちは！大
石どもん
こまつり
で活動す
るIVUS
A学生
のまとめ役をさせて頂いて
あります、龍谷大学4年の
柿本武志です！どもんこま
つりの準備を力いっぱいさ
せて頂き、祭りを盛り上げ
るのももちろん、学生から
も楽しく運動してもらえ
るような雪上ミニ運動会や、
どもんこの中で温まっても
らえるようなIVUS Aカ

フエなどの企画を用意して
いますので、ぜひたくさん
の人に来ていただきたいと
思います。よろしくお願ひ
します！

◆フィールドフーク (2月11日～13日)



◆今ここに
ちは！今
回、関川
村で初め
て実施さ
せていた
だくフィ
ールドフ
ークのリー
ダーを
務めさせて
いただきます。
拓殖大学4年の堀安優美で
す。この活動では、関川村
の方々を通じて改めて村の
魅力や現状を知り、今後の
関川村とIVUSAとの関
係性の深化につなげたいと
思っております。学生一同
関川村に帰る日を今か今か
と楽しみにしています！当
日はどうぞ、宜しくお願ひ
致します！！

以上3名のリーダーを中
心に、活動に向けての準備
を進めている最中ですが！皆
さんにお会いできることを
心待ちにしております☆

— パブリックコメント — 意見募集

関川村第3期障がい者計画・第5期障がい福祉計画・第1期障がい児福祉計画(案)

村では、障害福祉施策の推進を図るため「第3期障がい者計画・第5期障がい福祉計画・第1期障がい児福祉計画」の策定を進めております。この度、計画案を作成しましたので、村民の皆さんのご意見をお寄せください。

- ◆意見の募集期間 2月16日(金)(必着)まで
- ◆対象者
 - ・村内に住所を有する方
 - ・村内に勤務、通学している方
 - ・村内に事務所または事業所を有する個人および法人その他団体
- ◆資料の入手方法
 - ①関川村役場住民福祉課で閲覧できます。
 - ②村のホームページ (<http://www.vill.sekikawa.niigata.jp>)
- ◆意見の提出方法
 - 任意の様式で結構ですので、直接持参いただくか、次のいずれかの方法で、関川村役場(1階)住民福祉課まで提出してください。
 - ①郵便(〒959-3292 岩船郡関川村大字下関912 関川村役場住民福祉課)
 - ②ファックス(0254-64-0505)
 - ③電子メール(juminfukushi@vill.sekikawa.lg.jp)
- ◆その他
 - ・電話での受付、意見書提出者への個別の対応はいたしません。
 - ・いただいたご意見についての回答は、村ホームページで公表します。
 - ・詳しくは、村のホームページをご覧ください。
- ◆お問い合わせ 【住民福祉課福祉保険班 ☎0254-64-1471】