みんなのページ

身の回りの出来事などを500字程度にまとめて投稿してください。紙面の都合上、若干手直しさせていただくこともあります。あて先は（〒950-1292　白根市大字白根1235　白根市企画財政課秘書広報係）です。

再会

遠藤芳子（上塩俵・五十七歳）

先日、私は潟東村にある「めぐみ園」という老人介護施設に、親せきを訪ねて行きました。

すると、そこに昔小学校に在職していた先生が入所されていました。今は、八十四歳になられたそうです。頭は白髪でとても小さくなられて、まるで別人のようでした。

それで同級生に伝え、十人で見舞いに行ってきました。数十年ぶりの再会です。とっても懐かしがられ、うれしいやら、恥ずかしいやらで、昔に返ったような気持ちになりました。

とても短い時間でしたが、楽しい時を過ごしてきました。月日のたつのが、あまりにも早く感じられる今日このごろです。

サンフランシスコ カイトフェスティバル

遠藤裕己（五六の町一・五十九歳）

東京に「日本の凧の会」という日本各地の凧仲間の連絡や、世界の凧仲間の日本の窓口となっている本部があります。その会を通して、去る五月六日、金門橋で有名なアメリカ・サンフランシスコ市のカイトフェスティバルで、日本の代表として、白根の凧を揚げる機会がありました。

金門橋の東側に出来た新公園のオープニング記念で、世界八カ国の凧仲間が招待されました。白根からは「しろね大凧と歴史の館」名誉館長の田村和雄さん、同副館長の風間淑博さん、同映像展示委員の私と三人で、六畳凧、三畳凧、六角凧を各二枚、日本各地の凧二十五枚、土産の凧ほか、スライド資料などを準備して出掛けました。

テーマは「エスニック カイツ」。人種的凧の祭典という意味でしょうか。会場わきの大きなテントには、アメリカ・カナダ・フランス・ニュージーランド・中国・フィリピン・インドネシアなどの外国の凧に交じって、六畳凧、三畳凧、六角凧を飾りました。大通の風間正雄さんの描いた六畳凧の「五郎十郎」が、入り口の上でひときわ映え、うれしくなりました。

凧揚げの前日、スライドを使ってのデスカッションがあり、地元の凧仲間や美術家など四十人ほどが集まりました。白根も「日本各地の凧」「しろね大凧と歴史の館」「白根大凧合戦」を上映し、紹介しました。パンフレットを配り、日本各地のバラエティーに富んだ凧も見てもらいました。日本文化に大きな関心が集まりました。

六日、凧揚げ当日も快晴。八メートル前後の強い風でしたが、各国の大凧に交じって、六畳凧の「達摩（だるま）」、三畳凧の「四ツ車」を披露できました。凧綱に鯉のぼりを付け、日本をアピールしました。観衆は数万人でしょうか。サンフランシスコ在住の二世夫婦も来られて、日本の伝統的な大凧に満足な様子でした。

白根には伝統の凧絵技術があるから、そして、ほかの地に負けない素晴らしい飛揚技術があるから、日本はもとより海外へも出掛けて行けるのだと、新しい仲間が増えたことを含め感謝し喜んでおります。

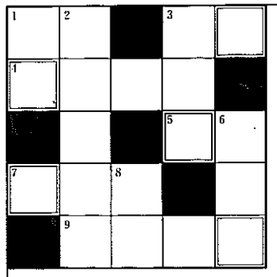
市民文芸

俳句

病院の周り植田に変りけり　五十嵐理恵
蝶あまた飛びゐて村は昼餉時　公條　雪夫
畑には雨欲し田植晴れて欲し　樋口　トシ
代水の掛り蛙の鳴きはじむ　池乗　北魚
風匂ふ少し濡れたる若葉かな　堀内ナナ子
反り返り風に耐へをり紫木蓮　本間しげ子
伸び過ぎを詫びて筍さげて来し　笠原　里津
ほとばしる水の匂ひや樵芽吹く　勝山　絢子
風邪気味の夫の春眠乱すまじ　和泉　伸子
ゆっくりと水の張らるる植田かな　小林　光子
鶯に耳をあづけてミシン踏む　五十嵐寛吾
鶯の藪に包まれ住む奢り　安澤　飛浪
菜の花に虫の羽音の絶間なし　小林　すみ
若葉みな風を軽しと言ひにけり　山田　栄一
ホタルイカ小さき味のうまさかな　松下　聡
母の日の母のエプロン眩しすぎ　小林冨沙子
花りんご一茶旧居の蔵覗く　小林里代子
句作りの十とせいまだに青葡萄　真嶋つぎえ
万緑の命もらいて退院す　小林　なお
踏み入りし若葉の山の若葉風　登石　詩子
行々子鳴いてるかぎり昏れぬ河　丸山　虚秋
老禰宣も祭太鼓を打ち鳴らす　知野信一郎

広報クイズ

図書券が当たる！



◆ヨコのカギ
①凧のことを、こう呼ぶ人もいます
③小麦粉に水とイーストを加えてこね、発酵させてから焼き上げます
④病院では診察する人、学校では教える人
⑤野球、レスリング、ゴルファー、ボーラー
⑦許すこと
⑨名古屋の名産菓子

◆タテのカギ
①○○は津で持つ、津は○○で持つ、尾張名古屋は城で持つ
②病気の人を介抱すること
③西洋式のキセル
⑥生活する手段を失って○○○に迷う
⑧水を掻いて船を進める道具

□の字を並べてください。
回る、回る、回る

はがきに答え（完成図は不要です）、**住所、氏名、年齢、市や広報紙への意見**を書いて、7月19日㈭必着で白根市企画財政課秘書広報係（〒950―1292　白根市大字白根1235）へお送りください。

正解者の中から抽選で2人に300円の図書券、3人に粗品を差し上げます。正解者の発表は8月1日号で行います。

6月1日号の正解は**カタツムリ**。正解者は22人でした　▼**図書券**　関根唯加（下茨）、田中匠（下塩俵）　▼**粗品**　太刀川春香（新山崎町）、佐藤文子（七軒町）、星野ひろ子（五六の町6）

『食生活改善推進員』コーナー　パート5

「すこやかクッキング」を知ってますか？

食生活改善推進員の活動のひとつとして「すこやかクッキング」があります。初めて耳にした人も多いかと思いますが、その歴史は古く、昭和四十一年から「伝達講習会」の名称で、調理実習を自治会単位で開催してきました。

今年も、七月から八月にかけて各自治会で開催が計画されており、保健推進員や食生活改善推進員がお誘いしています。

今年は「これで私も野菜料理名人！」と題して、野菜たっぷりのメニューで調理実習をします。メニューは、ビビンバ・ナスとキュウリのピリ辛漬け・夏野菜のカレー煮・フルーツミルクかんです。

「楽してチン」の生活についなりがちな現代の食生活ですが、食卓やお弁当を彩る料理を一緒に作ってみるのも楽しいものです。また、若い人も年配の人も、世代を超えて食生活について考える場になります。そこで語られた生活の知恵や、貴重な意見は次年度の内容に生かしていきたいと思います。皆さん、誘い合って「すこやかクッキング」に参加しませんか。

広がれ健康家族

116 保健福祉課 ☎内237

（野菜たっぷりビビンバ）
［1人分（具のみ）193kcal］
〔材料〕（6人分）
- 牛肉200g
- おろしニンニク小さじ1/3
- おろしショウガ小さじ1/3
- ゼンマイ水煮120g
- ニンジン千切り100g
- サラダ油小さじ1
- 焼き肉のたれ大さじ3
- モヤシ1袋　塩小さじ1/2
- こしょう少々　ごま油小さじ2　すりごま（白）大さじ1
- ホウレンソウ1把　砂糖小さじ1　しょうゆ小さじ2
- ごま油小さじ1　すりごま（白）大さじ1
- 卵2個　サラダ油少々

〔作り方〕
①牛肉は細切りにし、他の材料と共に炒める。
②モヤシ、ホウレンソウはゆでて、それぞれの調味料であえる。
③いり卵を作る。
④ごはんの上に具をのせ、混ぜて食べる。

（フルーツミルクかん）［1人分47kcal］
〔材料〕（12切れ）
粉寒天1袋　水200cc　砂糖40g　牛乳300cc
キウイ1個　フルーツ缶詰小1缶
〔作り方〕
①粉寒天と水をよく混ぜて沸騰させ、砂糖と牛乳を加える。
②小さく切ったフルーツを流し缶に入れ、①を流し冷やす。

俳句

病院の周り植田に変りけり　五十嵐理恵
蝶あまた飛びゐて村は昼餉時　公條　雪夫
畑には雨欲し田植晴れて欲し　樋口　トシ
代水の掛り蛙の鳴きはじむ　池乗　北魚
風匂ふ少し濡れたる若葉かな　堀内ナナ子
反り返り風に耐へをり紫木蓮　本間しげ子
伸び過ぎを詫びて筍さげて来し　笠原（なが）　里津
ほとばしる水の匂ひや　芽吹く　勝山　絢子
風邪気味の夫の春眠乱すまじ　和泉　伸子
ゆっくりと水の張らるる植田かな　小林　光子
鶯に耳をあづけてミシン踏む　五十嵐寛吾
鶯の藪に包まれ住む奢り　安澤　飛浪
菜の花に虫の羽音の絶間なし　小林　すみ
若葉みな風を軽しと言ひにけり　山田　栄一
ホタルイカ小さき味のうまさかな　松下　聡
母の日の母のエプロン眩しすぎ　小林冨沙子
花りんご一茶旧居の蔵覗く　小林里代子
句作りの十とせいまだに青葡萄　真嶋つぎえ
万緑の命もらいて退院す　小林　なお
踏み入りし若葉の山の若葉風　登石　詩子
行々子鳴いてるかぎり昏れぬ河　丸山　虚秋
老禰宣も祭太鼓を打ち鳴らす　知野信一郎

短歌

代掻きを終えて水澄む田の面に桃の花びらさざ波に揺る