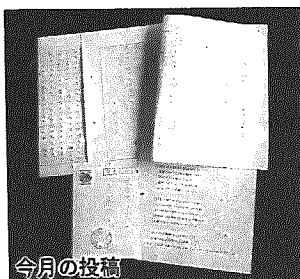


# 街かど

●募集しています  
短歌  
俳句  
随筆  
イラスト  
写真  
まんが  
その他  
●町への意見や要望も受け付けます  
●文章は苦手という方は連絡を取材に行きます  
●匿名もよいです  
●投稿・連絡先は黒崎町大野2841-1 広報「街かど」係 ☎3773101



今月の投稿

## 短歌

黒崎短歌会  
何れにも思ひ出深き庭の木々もみじし行くを一人眺むる 大矢 キイ  
季節風雪友に雪もつれ狂いし如くあはれ行きたり 永田キヨエ  
雪の三山が上れば遠く魚沼に初冠雪の山が見ゆ 小出美喜子  
阿賀に浴う宿に集いし旧き友昔語れば真夜も楽しく 長谷川トトリ  
朝日背に小みち歩けば晩秋のかすかな温もり春の陽こいし 柴垣 きみ  
迫り来る厳しき告げて枯葉飛び散らばしる今日立冬 丸山 幸  
我が父を息子が背負い新築の家招けば久びさの笑み 上山 恵子  
十人目の孫誕生の電話受け五体無事かと息子に確むる 笠原 セツ  
大油田創めし人の庭なれや紅葉五色に山を彩る 大谷 モト  
電柱も電線もなき大内宿遠

## 俳句

黒崎俳句会  
き日の故郷へ我を誘う 泉井 ヨ子  
稲田に積みし巻き葉切り口の冴えて陽に映ゆ静けさの秋 竹中千代子  
朝早く寒空に出る交通調査の身案じ風呂沸しおく 大坂 一  
弱り行く足腰鍛うと執念の如くかかさず老いの散歩す 山田 卯八  
雨しぶくガラス戸染めてあかあかどかかやきて今陽が沈みゆく 阿部 浄子  
なつかしきものに枯木と瓦斯燈と 耕歌(講師)  
母の味にわが味加へのっぺ汁 千エ子  
雪吊の手際みてるて日の昏る 富代  
雪の夜は妖精めきし灯のともり トシ子  
うす暗き雁木つづきて町果てぬ 敏 郎  
日に風に千大根のしわしわと とし松  
人となり冬陽の如き君逝けり

## 熟年成人式

平成七年十二月五日新潟日報で発表になった吉田町老人クラブ連合会で企画した「満八十歳」を対象とした熟年成人式のユニークな記事を見て我が黒崎町でも一月十五日にこの行事を取

り入れて老人の生きがいの目標として明るい希望が持てる様にして頂きたい。趣旨は「成人式」をやつて貰えなかったし、それが出来る時代でもなかった。これも新潟日報で発表になったもの

## 閏(うるう)年

今年(うるう)年、オリンピックが開催される年と覚えてい

る方が多いでしょう。また、三百六十五日の収入で三百六十六日を暮らすので、以前はザラリーマンの厄年などといわれたものです。

で敬老登山で足取りも軽く彦山を征服した同じく吉田町老人クラブ連合会で企画した行事で、最高齢八十六歳の方が記念メダルを貰ったと云う。人生八十年時代に向けて様々な行事を取り行う事は良い事だと考えます。是非検討して頂きまして実現出来る様

努力して頂きたいと思えます。

鳥原大明 長谷川 潔 六十八歳

# 食

## 郷土料理

### 食生活改善推進委員会

## 新潟のいん

家族のお惣菜にも、お客のおもてなしにもよい。作りおきの冷たい「いん」は、なおおいしい。

### 材料4人分

- にんじん.....30g
- 干貝柱.....2コ
- 里いも.....200g
- かまぼこ(紅).....小1/2
- 干しいたけ.....2枚
- 竹の子.....1/2本
- こんにゃく.....1/2
- ぎんなん.....8コ
- ゆり根.....10かけ
- いくら.....少々
- うす口しょうゆ.....10cc
- 砂糖.....少々
- 酒.....少々
- 塩.....少々
- だし汁.....300cc



- 煮汁は材料くぐる位多めに入れ、途中でかき混ぜたりしない。
- ぎんなん、ゆり根、いくらなどは場合によって入れなくてもよい。

- ①干しいたけ、干貝柱はそれぞれ水にもどしておく(汁はだし汁として使う)。
- ②にんじん、里いも、たけのこ、こんにゃくは、それぞれ拍子木切りにし、しいたけも合わせて切り、だし汁に砂糖、しょうゆ、塩を加え煮る。
- ③貝柱もほぐして、②といっしょに煮る。
- ④材料に味がつき、煮くずれしないところで火をとめる。
- ⑤かまぼこは切って熱湯を通しておき火をとめるころ入れる。
- ⑥ゆり根、ぎんなんはうす味をつけておき器に盛ってからつけ加える。(色合いとして絹さやをのせる。)
- ⑦いくらを最後に上に少々をのせる。

# 寿

第33号

## 歌謡教室で新しい歌に挑戦

入会希望は社会教育課へ ☎3773101

寿学級では年末に町保健婦さんより「ダンベル体操」を習いました。「ダンベル体操」を知っていますか。鉄などの棒の両端に大きな球をつけた道具(ダンベル)を使った体操で、基礎代謝機能を高め、エネルギー消費のしやすい体づくりに役立ち、効果としては先づダイエット、肩凝り、便秘、骨粗しょう症や糖尿病に良いと云う。

どうしてダンベル体操なのか……。勿論受講した皆さんが肥満や便秘というわけじゃないけども理論的に聞かされると納得もいくし、又心配したりもする。先生の指導に合わせるとだんだん体が暖まり、さだか心臓も吹き飛ばくらしい夢中になるという効果は、精神的にも効果

あるのか。こうして午前中の準備運動を終えた。午後は歌謡教室だ。「歌謡教室」？つまりカラオケを歌うもので、これは毎年一度は行っている。これもやっぱり先生について楽譜を見ながら歌(演歌)を唄う。

このとき注意したいことがある。それは、歌手にもクセがあり、そのクセのとおり耳で憶えたまま歌うのは好ましくない。譜面とおりに歌うことに意義があるという。だから選曲の際も新しい歌、まだ聴きなれていない歌を、と気をつける。

全然知らない歌のはずなのに2時間くらいで憶え、歌えるようになり、楽しくもなる。音楽の意もわかるような気がした一日でした。



ダンベル体操(写真は善久ヘルスアップクラブ)

## 小学生の保護者の勉強室「子供が中学生になるころ」

小学校6年生ももうすぐ中学生です。このころの子供の心理や親の接し方について、お話を聞きます。

日時 2月23日(金)午前10時～11時30分  
対象 小学校6年生の保護者  
講師 藤本孝則先生(ふれあい教育センター)  
定員 40人  
会場と申し込み 北部地区公民館(☎232-0077)

## 7か国語で話そう

いろいろな国の言葉を、仲間と楽しみながらおぼえられるヒッポファミリークラブ。

赤ちゃんも、お兄さんも、おばあちゃんもみんなヒッポの仲間。ぜひ一度、見に来ませんか?  
場所 新潟市立浜浦小学校プレイルーム  
日時 毎週土曜日午後7時～8時45分  
問い合わせ ☎379-1283 カイノまで

平成8年用お年玉付年賀葉書・お年玉付年賀切手

## お年玉当せん番号

○賞品の引換期間 1月16日(火)から7月15日(月)まで  
○番号部分は切り取らずに、郵便局で賞品とお取り替えください。

お年玉当せん番号	1等	081632	3等	4878
	2等	728789	4等	9622
				15
				31
				69
				7287
				89