



えずこミュージック♪ アカデミーコンサート



「えずこミュージック♪ アカデミー」は、えずこホールで活動をする音楽グループ（弦楽合奏、男声合唱、ギター合奏、吹奏楽、ゴスペル）の総称です。これらの5つの音楽グループによる合同コンサートが11月30日⑩午後1時30分から開催されます。仙南圏を中心に集った小学生から70代までの幅広い世代の住民たち約130人がそれぞれの思いを音楽に乗せてお届けする、手作りのコンサートです。

今年のコンサートのテーマは“ジャンプ”。5つのグループそれぞれのジャンプをイメージしたステージを繰り広げます。クラシックから童謡、ポップスまで、5つの多彩なステージで奏でられるハーモニーをどうぞ堪能ください。

また、各団体の参加者も随時募集中です！ほんの少しの勇気があれば仲間や音楽を奏でる楽しみに出会えるはず。コンサート及び各活動についての詳細は、えずこホールまでお問い合わせください。

写真：昨年のえずこミュージック♪ アカデミーコンサート

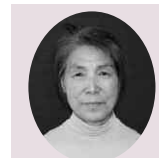
えずこホール ☎ 52-3004 URL <http://www.ezuka.com>



けんちんいなり



④ 油揚げは熱湯をくぐし、半分に切る。袋状にした中に③を詰め、粉を振り入れて混ぜる。



レシピ担当
砂野 嘉子さん
(新田町区)
少しずつ残った野菜を使いました。もちろん、ほかの野菜を使っても良いでしょう。野菜とキノコのうま味でおいしくいただけます。

【材料(2人分)】
油揚げ2枚、豚こま肉50g、塩コショウ少々、木綿豆腐150g
A(モヤシ、ゴボウ、ニンジン、糸コンニャク各30g、生シイタケ1枚、エノキダケ1/2袋)
かたくり粉大さじ1
B(かつおだし1カップ、みりん、しょうゆ各大さじ1)

【作りかた】
① 豚肉は細かく切り、塩・コショウを少々振ってフライパンでいためておく。
② 豆腐は水切りし、空煎りする。
③ ボウルに①と②、細かく切ったAの材料を入れ、かたくり粉を振り入れて混ぜる。

【デザート(1人分)】
④ エネルギー/278キロカロリー
塩分/1.5g
口を楊枝で止めて、Bで10分程煮る(弱火で、全体に煮汁が渡るように時々回しかける)。
⑤ 水溶きかたくり粉でとろみをつける。
⑥ レモン、または酢はお好みでかける。

平成26年度大河原町食育スローガン「家族で野菜のおかずをひと皿増やそう」

さくら、きー♡



大河原町観光物産協会HP上で連載中 <http://www.oogawara.com>

身近な自然再発見

…人間と共生する昆虫たち…



▲セアカオサムシ

7 オサムシの越冬作戦

もうすぐ本格的な冬を迎えますが、冬への準備をするのは人間も虫たちも同じです。地面を這いまわるオサムシと呼ばれる甲虫の仲間がいます。ちょうど今頃は小山田のオサムシたちも越冬のために引っ越しを始めているでしょう。

真冬でもオサムシたちが凍って死なないのはなぜでしょう？実は、車のエンジンに使われる不凍液と同じグリセリンという成分を体内で作っているのだとか。人間が不凍液を發明

するずっと前から、オサムシたちは細胞にグリセリンを仕込んで、寒さに耐えながら生き残ってきたのです。オサムシと言えば、大好きなオサムシをペンネームに使った有名な漫画家が手塚治虫さんです。手塚さんが子どもの頃に描いた手作りの昆虫図鑑が残っていますが、後に「漫画の神様」と呼ばれるにふさわしい素晴らしい出来映えです。その才能にはオサムシたちもかぶとを脱ぐのではないのでしょうか。

元金小校長、昆虫教室(町教育委員会主催)講師 鈴木健司さん

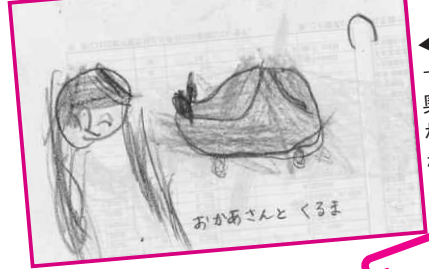
毎月6人に500円の図書カードをプレゼント！



「奥村晏奈」



「S☆A」



「奥村彬恵」



「まいやん」



「秋のおいがした。」



「ジバニヤン」

わがまち文芸道場

豪雨去り月煌々と凄まじき露の玉夕星ひとつ又ひとつ
秋耕や継ぎ接ぎズボン光り出す
赤とんぼ集団下校の輪の中に
眼の奥に祖の見し光豊の秋
孤独には音はありしか木の実降る
露草やノール賞という光
滄滄やビルの谷間の秋の虹
雲一つなき日の芒光り合う
十三夜欠けたものみな慕わしき
錦秋の栗駒山を征服す
行く秋や不堪佃田告ぐるとも
喜怒哀楽暫し忘れて良夜かな
海を見に行こうか秋の蝶つれて

吾妻 文子
石垣テル子
伊澤二三子
及川美沙子
大久保和子
日下 節子
鈴木 純子
中野西範子
永野 シン
藤原 悟子
三塚 直樹
山家美智子
遊佐 徹
佐藤きみこ
【大河原俳句会】

だれでもイラストレーター
たまに住所や本名を書き忘れる人がいます。郵送する前に確かめてね。