

さくらの里

体振 輪投げ大会 Aチーム山口 Bチーム西田尻が優勝

年間総合優勝は西高玉チーム



今年度最後の大会となる「輪投げ大会」が2月3日に開催されました。輪投げ大会出場人数は55人以上、個人を18歳以上とルール変更したので、ベテランと若い方が一緒に楽しむ姿がありました。西田尻の居城さんが見事

パーフェクトを出し、団体戦は、Aチームが山口、Bチームは西田尻が優勝。個人戦も居城さんが360点の高得点で優勝に輝きました。総合成績は、今年度ソフトボールが雨で中止、体育館で行われたレク大

会で1位、グラウンドゴルフとラウンドゴルフで2位をとった西高玉が年間優勝を果たしました。調べてみましたが、西高玉の優勝はここ25年の記録にない、区をあげて快挙を喜んでいました。

←声高らかに選手宣誓
沖田選手（東田尻）

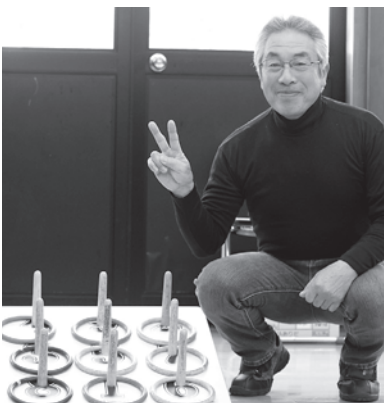
輪投げ大会結果

(Aチーム)			(Bチーム)		
第1位	山口	914点	第1位	西田尻	653点
第2位	西高玉	597点	第2位	東田尻	628点
第3位	東田尻	385点	第3位	山口	390点

(個人戦) 敬称略

第1位	居城哲夫 (西田尻)	360点
第2位	渡部誠蔵 (東田尻)	330点
第3位	中川二雄 (山口)	188点

←パーフェクトの居城さん
↓団体優勝
山口Aチーム



総合成績結果

第1位	西高玉	45点
第2位	東田尻	37点
第3位	西田尻	30点
第4位	東高玉	29点
第5位	山口	23点

縁側がふえ

東田尻1班チーム

◎米粉でおしるこの作り方 (150人分)

材料

- ①・小豆3升
- ②・米粉1kg・絹ごし豆腐6本・じゃが芋中5ケ
- ③・チーズ(細切)300g・米粉300g・水600g
・塩少々

調味料

- ・砂糖3kg　・塩適量

《 作り方 》

- ①・小豆を洗い、一昼夜水に浸す。
・ふくらんできたらたっぷりの水で、とろ火で6~7時間煮る。
・柔らかくなったら砂糖、塩で味を整える。
 - ②・米粉に絹ごし豆腐、茹でてつぶしたじゃが芋を混ぜ合わせ、だんごを作る。
・できただんごを、たっぷりの湯で、芯がなくなるまでゆでる。
 - ③・チーズと米粉を水で溶かし、塩少々を入れる。
・ホットプレートを弱火にし、チーズを流し、薄いせんべい状にする。
- ②をお汁椀に入れ①を注いで③を添える。

蚕桑の里のもち三昧

西高玉チーム

◎お雑煮

材料

- ・山形地鶏
- ・ごぼう
- ・きのこ(クリタケ)
- ・セリ
- ・大根(大根おろし)
- ・ねぎ
- ・もち

調味料

- ・しょうゆ
- ・酒
- ・みりん

トッピング

《 作り方 》

味じまんでは、山形地鶏の丸鶏をさばいて作りましたが、家で作る場合は鶏モモ肉を使って作ってください。だしは鶏ガラを使って取った方がおいしくできます。きのこはブナシメジ、舞茸でもいいです。鶏ガラからいいダシが取れるので化学調味料等は使いません。

◎じんだんもち

材料

- ・えだ豆　・砂糖　・塩

◎ごまもち

材料

- ・黒ごま　・砂糖　・しょうゆ

◎納豆もち

材料

- ・納豆　・ねぎ　・しょうゆ

《 作り方 》

- ①. 里いもは適当な大きさにして、味だしの素を入れて柔らかくなるまでゆで、粒が少々残る程度までつぶす。
 - ②. 牛肉を甘辛く煮て、大根(いちょう切り)を入れて味を整える(すき焼き風味)
 - ③. ①に②を混ぜ合わせて最後に小口切りにしたねぎを入れ軽く混ぜ合わせてコロッケの型にする。
 - ④. でき上がった③をいつものコロッケを揚げるように油で揚げる(小麦粉を水で溶いてからめパン粉をつける)
- *材料を変えてもいろいろな味が楽しめます。
味じまん時は1ケ30gとした。

2月7日、19名が集まり、みそを仕込みました。何回も作ったことのある経験者ぞろいで、男性の参加も増えてきました。参加者で協力し合いながらあつと言いつつ間に完成。「このみそを食べると市販のものとは食べられない」と安心・安全な、みそのうまさを実感されました。



みそづくり講習会

蚕桑の味じまんのレシピを紹介します

各チームよりレシピをいただきました。ぜひ、参考に家庭で作ってみてください。

3時のおやつ

東田尻2班チーム

◎かぼちゃきんとんの作り方 (一口大20ケ)

材料

- ・かぼちゃ500g　・甘納豆60ケ(1ケに3粒)

調味料

- ・砂糖大さじ1　・生クリーム大さじ1
- ・塩一つまみ

《 作り方 》

1. かぼちゃは皮をむき、柔らかく蒸し、熱いうちにつぶす。
 2. 砂糖、生クリーム、塩、湯通しした甘納豆を加えて、好みの大きさに丸める。
 3. かぼちゃの生の皮を三角形に型どり、素揚げして飾る。
- *さつまいもも同様にする。

◎親里いもコロッケの作り方 (150人分)

材料・里いもの親(皮をむいたもの) 8kg

・牛肉のスライス(挽肉でも良い) 1kg

・大根1本

・長ねぎ・パン粉・小麦粉・揚げ油 適量

調味料

- ・しょうゆ・砂糖・酒少々・塩コショウ
- ・ダシの素

コミセン活動に参加しませんか？

参加者募集

申込み・問い合わせ 蚕桑地区コミュニティセンター 電話(85)-2153

研究集会

今年の研究集会は、鮎貝の常安寺住職の三浦信英さんの講演です。地域づくりの事、家庭の事(子育て、介護など)この世の中を生きていくための心のあり方など、お話を聴いて、一緒に考えてみましょう。

☆日時 3月10日(日)

受付 午後2時

開会 午後2時30分

終了 午後4時頃

☆講師

常安寺住職 三浦 信英氏

演題

「地域のつながりを育てる」

☆締切り 3月6日(水)

どなたでも参加できます。

コミセンへ申込み下さい。



活き粋き学級 閉級式 パレス松風で軽運動と昼食会

☆日時 3月13日(水)

午前10時〜午後2時

☆内容 ①講話と運動

②閉級式と昼食会

☆講師 白鷹町健康福祉課

保健師 海老名まゆみ氏

☆会費 1000円(食事・入湯料)

☆締切り 3月6日(水)

自宅近くまでバスで送迎します。

活き粋き学級に入っていない方も大歓迎です！ぜひご参加ください。



むつみ学級 閉級式 「音楽で健康づくり」

音楽で心とからだを脳を

活性化しましょう！

☆日時 3月11日(月) 午前10時

☆内容 ①音楽でリフレッシュ

②閉級式と昼食会

☆講師 音楽療法士

富樫さち子氏(山形市)

☆会費 300円(弁当代)

☆締切り 3月6日(水)

こぐわキッズ広場



2月2日、今年度最後の子ども事業は更生保護女性会との共催で、16名が参加し、開催しました。畑で育てたさつまいもをふかして漬しておき、中にクルマやレーズン等を入れラップで包んで、簡単に茶巾しぼりのおやつが完成しました。また、節分の絵本を読んでもらい、折り紙で角箱折りをした後、煎り豆をお茶と一緒においしくいただきました。

今年度も地域の方々からご協力をいただき、子ども達にとって多くの貴重な体験ができました。ありがとうございました。



駐在所通信

特殊詐欺にご注意を！！

◆昨年末、山形市内で「契約不履行」、
「料金未納」、「民事訴訟」などの言
葉が記載された【最終通告ハガキ】
利用で、1億円被害の特殊詐欺（架空請求）事件が発生！

◇大事な通知をハガキで郵送はあり
得ない

◇「差し押さえ」「強制」「訴訟」
「最終通告」などの言葉で焦らせる
◇期日が急すぎるなど焦らせて、誰
かに相談する暇を与えない

◇本人が連絡するように仕向ける
→このハガキの目的は受取人に電話
させること

※相手はだましのプロ

絶対に電話せず、警察に通報し てください！

（通知を受け取ったら、積極的な
だまされたふり作戦をお願いします。）

白鷹西駐在所 TEL 85-2029

◎コミセン職員不在のお知らせ

3月8日(金)午後1時～5時15分、
職員が研修で不在になります。ご
理解とご協力をお願いいたします。

いにくぞられ が過方威れ夏作
まおだ無れぞ忙訪ぎもをまの業雪が
す立さ理るれしれ気多奮す水がが
。ちいをこのいて温かいね不な少
寄。せとお毎いもっ、。足くない
りコずと立日る高た大イな心い今
いミ、思場ののくよ変ンどの身今年
たセ健いで中をなうなフの影もの
（だん康まが、実りで思ル影に冬
よけにですん皆感、すいエ響に冬
これもおがばさし着。をンが樂は、
やばお過、つんま実立さザ心で、
まと気ごどてがすに春れが配す除
）思軽しうおそ。春がた猛さが雪

あとがき

ワインと音楽の夕べ

2月1日、ワインと音楽の夕べを開催しました。ご
夫婦やお友達同士で17名の方が参加されました。長井
市サンタムール店主の佐藤さんに料理とワインを提供
してもらい、ゆったりと食事を楽しみました。
少し酔いが回ったところで、東田尻の同級生ギター
デュオ丸川さん、芳賀さんによる
「ゼンザーズ」が登場し、かぐや
姫などのフォークソングを弾き語
りされると、参加者の方々は、懐
かしく当時を思い出し歌を口ずさ
んだり、談笑しながらワインと音
楽の贅沢な時間を過ごしました。



山柳

蚕桑文柳社作品

課題 「肩」

何時の間に肩幅広くなった孫
溜息も肩が凝っては出てこない
ふるさとへ借り着の綿肩が凝る

課題 「凄い」

凄腕を持つて徳積む汗を積む
ナマハゲの凄さ無形文化財
酒税なら僕も多額の功労者

ユーモア句

肩車した夢いまは曲がり腰
エーヤーと世間の風を吹き飛ばす

八四 一 案 阜 笑 耕 凡
重 蹴 杯 柳 月 柳 心 古

◆これからの予定◆

- 2月20日(水) 放課後子ども教室実行委員会
- 2月25日(月)～28(木) 確定申告
- 3月7日(木) 湧泉パーク管理委員会総会
- 3月10日(日) 研究集会
- 3月11日(月) むつみ学級閉級式
- 3月13日(水) 活き粋き学級閉級式
- *毎週木曜日 青色パト車運行

