

# 輝くすかがわ人

活躍している「すかがわ人」を紹介するコーナー

File.16

小塩江中出身の画家、渡辺扶起さん。県内外の作品展で何度も入選を果たし、各地で個展を開いています。渡辺さんが描く繊細かつ大胆な絵は、多くの人を魅了しています。



画家  
渡辺 扶起さん

人の心を惹きつける絵を

Q1 画家になるきっかけは？

小さな頃から絵を描くのが好きでした。作品のイメージが湧けば、夜中でも絵を描いていました。絵を描き続けたいという思いもあって画家になりました。

Q2 どのような絵を描いていますか？

作品は油絵で、動植物・抽象画と様々ですが、特に龍の絵が多いです。龍は願いを叶えてくれるものの象徴で、平和な世の中になるようにとの思いを込めて描いています。

Q3 今後の目標は？

私は、絵を見てくださった皆さんの感想を聞くことが好きです。これからも、多くの人に様々な感想を持ってもらえるような作品を描いていきたいです。



作品は全て下書きなしで描かれています



## 地域の伝統を引き継ぎます

— 長沼東小で金魚ねぶた作り —

長沼東小の6年生が長沼まつり実行委員会の指導を受けて「金魚ねぶた」作りに挑戦し、7月10日、墨やロウを使って絵付けを体験しました。

今年の「長沼まつり」は中止になりましたが、完成した個性豊かな金魚たちは、11月の学習発表会で展示される予定です。

減塩はあなたの健康守ります！

### 食改さんのおすすめ レシピ File.15

副菜

きゅうりがたくさん出回るこの時期。いつもと違う炒め物はいかがでしょう。炒めすぎないのがおいしく仕上げるコツ！

## きゅうりとツナの炒め物 1人分 野菜85g

主な材料(2人分)

- |                 |               |
|-----------------|---------------|
| きゅうり……………1本     | パイオン……………1/2個 |
| たまねぎ……………小1/2個  | 塩……………少々      |
| ツナ缶(油漬)……………20g | こしょう……………少々   |

- きゅうりは縦半分切って斜め薄切りにする。たまねぎは薄切りにする。
- フライパンにツナ(汁ごと)と、たまねぎを入れさっと炒める。
- たまねぎが少し透明になってきたら、きゅうりを入れ、パイオン・塩・こしょうで味を調える。

栄養のポイント！

成分中の95%が水分のきゅうり。ビタミンCやカリウムが含まれ、カリウムには利尿作用があり、むくみの解消になります。



柳沼雅之さん



1人分の栄養素量 エネルギー 61kcal たんぱく質3.5g  
脂質12.4g 炭水化物4.6g カルシウム20mg 食塩相当量0.7g



未来を明るく照らそうと浜尾遊水池から打ち上げられました

## 上を向いて歩きだすきっかけに

— 須賀川青年会議所55周年記念事業「夜空テラス」 —

7月1日、新型コロナウイルス感染症の影響でうつむきがちな現状から少しでも上を向き、地域に活気を取り戻そうと、須賀川青年会議所が「夜空テラス」を開催しました。

観客の密集を避けるため打ち上げ場所は公表されませんが、花火に気付いて夜空を見上げた人たちの笑顔が明るく照らしていました。



店主との会話もRojimaの楽しみの一つです

## ヒトとモノの交流が戻ってきました

— すかがわの路地でマーケット「Rojima」再開 —

月1回のマーケットとしておなじみとなった「Rojima」が、7月12日、5カ月ぶりに再開しました。

屋外での出店を中心に、店舗の間隔を空けるなどの新型コロナウイルス感染症対策を取っての開催でしたが、再開を心待ちにしていた多くの皆さんが訪れ、まちなかに久しぶりのにぎわいが戻った1日でした。