

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

Q1 俳句との出会いは？

幼少の頃の夏休み、いとこ同士で集まり騒いでいました。不意の夕立の後、見様見まねの句会が始まり「桔槔」同人の叔父に見てもらいました。翌月の桔槔に私の句が掲載され、それが出発点となりました。

Q2 五・七・五に込められた思いとは？

ひたすら身を入れ作った俳句は愛着があり、その場しのぎで作った句とでは、雲泥の差があります。

句を作り続ける理由は「見られる句を作りたい」「良い句に巡り会いたい」という思いがあります。

俳句は現実以上の世界を現出させます。現実には眼前の景がありながら、自分の心の世界を詠んでいる。体を揺さぶられるようないい句に出会ったときの感動は、何ものにも代え難いものです。



お気に入りの白萩の前で一句

File.19

俳句のまち須賀川で、大正11年に創設された俳句愛好団体「桔槔吟社」。この歴史と伝統ある団体の代表を務める森川光郎さん。「イメージと人」を基本理念に、90歳を過ぎても情熱的に「新しい俳句」を模索し続けている森川さんをご紹介します。



みんなで力を合わせた秋の運動会！

— 小塩江幼稚園・小学校合同運動会 —

10月3日、小塩江小の校庭で、新型コロナウイルス感染症の影響で延期していた運動会が、初めて幼稚園と合同で行われました。

園児と児童が一生懸命に協力し合う姿に、会場からは大きな拍手や声援が送られていました。



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.17

主菜

いつものホイル焼きを、缶詰を使ってより簡単に！調味料を使わずにできます。

1人分 野菜120g

さば缶ときのこのホイル焼き



1人分の栄養素量 エネルギー 210kcal たんぱく質16.7g
脂質12.3g 炭水化物12.9g カルシウム186mg 食塩相当量0.9g

主な材料(2人分)

さば味噌煮(缶) …… 1缶	ピーマン …… 10g
エリンギ …… 120g	赤ピーマン …… 10g
しめじ …… 60g	しょうが …… 10g
ねぎ …… 30g	レモン …… 適量

- ①エリンギは長さを半分にして薄切りし、しめじは小房に分ける。ねぎ・ピーマン・赤ピーマン・しょうがは、せん切りにする。
- ②アルミホイルを人数分広げ、エリンギ・しめじ・さばの味噌煮の順に重ねる。上に、ねぎ・ピーマン・赤ピーマン・しょうがを乗せ、最後に缶詰の汁をかけて包む。
- ③フライパンに②を並べ、中火で5分くらい焼き、最後にレモンを添える。



桑名由美子さん

佐藤君子さん

栄養のポイント！

さばには、最近注目の不飽和脂肪酸が豊富に含まれます。効果的にするには、手軽な缶詰を汁ごと食べるのがおすすめです。塩分が含まれているので調味料は少なめに！



新しくなった遊戯室で元気いっぱいの「ぼよん行進曲」を披露

園児たちの元気な声に戻る

— 第一保育所が再開 —

10月5日、昨年の台風第19号で浸水被害を受けた第一保育所が、約1年ぶりに元の場所で再開しました。第一保育所では一時的に4カ所で分散保育を行い、昨年11月中旬からは、老人福祉センター 2階で保育を行ってきました。

保育所では、きれいになった室内や遊具に目をキラキラ輝かせる園児たちの明るい笑顔があふれていました。



地元ならではの魅力的な商品がそろっています

「フラット」立ち寄れるお店が誕生

— 観光物産館flattoがオープン —

10月2日、産業会館内で営業していた「須賀川物産店」がtette隣に移転し、装いを新たにオープンしました。

明るいわんやれな雰囲気店内では、市内や県内市町村をはじめ、県外交流都市の特産品や土産品などの名品を取りそろえて販売しています。ぜひ「気軽にフラット」お立ち寄りください。