

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.43

第三中出身の若手トランペット奏者、鈴木璃穂さんを紹介합니다。東京藝術大学を卒業し、現在はドイツのカールスルーエ音楽大学院に在学中。第3回Kグランプリコンクールでは優秀賞を受賞するなど、今後、国内外を舞台にますます活躍が期待されます。

Q1 トランペットを始めたきっかけは？

小学3年生の時に祖父が愛用していたトランペットを借りて吹いてみたのがきっかけです。初めて吹いたとき、決して上手ではありませんが、音が出せたことに感動し、うれしさと喜びを感じました。それ以来、祖父から譲り受けて練習するようになりました。

Q2 トランペットの魅力とは？

迫力のある音色から繊細な音色まで幅広く演奏でき、華やかで存在感があるところです。また、自分の気持ちがそのまま音色として伝わるのも魅力です。

Q3 今後の目標は？

自分がどこまでできるのか、まずはドイツで鍛錬を積み、挑戦し続けたいと思っています。最終的には国内外のオーケストラで演奏することが目標ですが、地元での活動も積極的に行っていきたいです。



9月19日にtetteで行われた璃穂さんのトランペトリサイタルでは、高校時代の同級生、鈴木香帆さんが演奏するピアノと協演しました



トランペット奏者
鈴木璃穂さん

故郷への想いを胸に成長します



10月8日・9日、tetteと翠ヶ丘公園で4年ぶりに「子どもの祭典」が開催されました。

子どもの心豊かな成長願う

— 第46回子どもの祭典 —

この祭典では、30団体が輪投げやバルーンアートのプレゼントなど、趣向を凝らしたイベントコーナーやステージ発表を行い、来場した子どもたちは、普段できない体験や力強いパフォーマンスに目を輝かせていました。

子どもたちの笑顔があふれた2日間でした。

免疫力を低下させないバランス食！

食改さんのおすすめ
レシピ File.37

主菜

調理にビニール袋を使用することで食材に味が良くなじみ、洗い物も少なくてできます。

1人分 野菜85g

鶏肉のカレー焼きと大根のマリネ

主な材料(2人分)

大根……………120g	鶏もも肉……………160g
きゅうり……………30g	カレー粉……………小さじ1/2
ミニトマト……………2個	⑥酒……………小さじ1
塩……………1g	⑦塩……………1g
酢……………小さじ2	小麦粉……………大さじ1
⑧オリーブオイル……………小さじ1	油……………小さじ1

- 皮をむいた大根ときゅうりは千切りにし、ミニトマトはくし形切りにする。
- 大根ときゅうりをビニール袋に入れ、塩を振って10分程おき、袋に入れたまま水気を絞る。さらにミニトマト、⑧を加えて混ぜ、マリネを作る。
- 鶏もも肉は切れ目を入れビニール袋に入れる。⑥を入れてもみ込み、さらに小麦粉を入れて袋の中でまぶす。
- フライパンに油を熱し、③の鶏肉を皮目を下にして焼く。裏返して焼き色がつかうまで中火で焼き、皿に盛る。②のマリネを添える。

栄養のポイント！

鶏肉などの肉類に含まれる「必須アミノ酸」は、筋肉などのたんぱく質合成に欠かせず、体内では作れないため、食べ物から摂取する必要があります。



添田タキ子さん



1人分の栄養素量 エネルギー 223kcal たんぱく質14.2g
脂質15.6g 炭水化物7.6g カリウム444mg 食塩1.2g



すかがわの職と食を楽しむ

— すかがわ商工フェスタ&食の感謝祭 —

10月1日、tetteと田善通りで「すかがわ商工フェスタ」と「食の感謝祭」が開催されました。

すかがわ商工フェスタでは、市内外から様々な企業が集まり、自社製品の紹介・販売・体験コーナーを設けました。

食の感謝祭では、市内の料理人が地元食材で作った料理を、多くの人が買い求めていました。



秋の夜空に笑顔咲く

— 子供デザイン花火コンクール —

10月9日、(一社)TERASの主催で「子供デザイン花火コンクール」が開催されました。

8月に行われた市子ども会育成連絡協議会の「打ち上げ花火玉製作体験」に参加した子どもたちがデザインした花火を打ち上げたもので、子どもたちがスイッチを押すと、花火が打ち上がり、参加者からは歓声と拍手が贈られました。