

区長リレーエッセイ 与一谷

集落内の稲場の稲も黄金色になり、刈取りも近いと思います。
この後、台風、大雨そして一番やっかいなイノシシ等の被害に合わぬよう、収穫まで無事に終えることを祈ります。



第147号 令和元年9月19日発行

広報 おおくに



広報おおくにでは、地域話題を募集しています。孫が生まれた、我が家のペット自慢、地区の行事、地元の美しい風景など、写真と文章をUSBに入れて大國地域振興協議会までお持ちいただくか、Eメールに送付してください。※写真はデジタルデータに限ります。

大國地域振興協議会(おおくに田園スクエア内) 電話 66-5266 E-mail daikokuseat@yahoo.co.jp

おおくに写真館



倭のコキア



西伯病院の元気かぼちゃ

倭バス停横にボランティア集団「おおなる会」が管理している花壇があります。この中に、コキア(ほうき草)が生い茂っています。ぜひ皆さん立ち止まって見て下さい。

今年も、まめなかや畑で栽培した大かぼちゃを西伯病院の玄関に展示して頂いています。天候のせい、やや細めではありますが患者さんの癒しになれば幸いです。

塩分摂りすぎていませんか？



減塩料理教室開催！

行事予定

- 9月28日(土) 部員研修事業
- 9月29日(日) 施設周辺除草
- 10月6日(日) おおくに大運動会
- 10月20日(日) まめなかや収穫祭
- 10月27日(日) ボランティアフェスティバル
- 11月10日(日) 大國まつり
- 11月23日(土) 合同いきいきサロン



9月13日(金)、減塩料理教室がありました。南部町民の塩分摂取量はかなり高いそうです。健康で長生きするためにも、みなさんも日頃の料理で減塩を心がけてみませんか？

秋のグランドゴルフ大会！！

9月8日(日)秋のグランドゴルフ大会が開催されました。今回は個人戦での大会として集落に案内しました。晴天に恵まれ、51名の方の参加がありました。結果は以下の通りでした。

- 1位 竹本 昶さん(原)
- 2位 瀬尾 敬明さん(原)
- 3位 持田 久子さん(猪小路)



練成会(猪小路)

夏季恒例の猪小路区「練成会」を8月25日(日)の夕方から行いました。今年も焼きそば、焼き鳥、焼き肉、サザエのつぼ焼きを食べながら集落民のコミュニケーションを図りました。中でも、チビ子から高校生まで悪戦苦闘した金魚すくいは、盛り上がっていました。例年になく参加人数も多くビンゴゲームも盛況で、楽しい練成会となりました。



食改レシピ いわしの梅しお挟み揚げ

材料 2~3人分
 真いわし 3尾
 A) (梅干し 3個
 (みりん 小さじ1
 大葉 3枚
 小麦粉 適量
 揚げ油 適量
 レモン お好みで



作り方
 ① A)の梅干しは種をとり、細かくつぶし、みりんと合わせてペースト状にする。
 ② 大葉は2等分にしておく。
 ③ いわしは3枚におろし、水気をふいてA)を塗り、大葉をのせて半分に折り、つまようじで止める。
 ④ 同量の水で溶いた小麦粉に①をくぐらせ中温(170℃)の揚げ油でカラッと揚げる。
 ⑤ 器に盛り、お好みでレモンを添える。

☆いわしの代用としてサンマ・アジでも美味しく出来ます。