

「ゆっくりと転がれ止まるなよ」
戦車の中にビー玉が入ると
ころを工夫しました。



戸井田 真士さん
(小針小5年 大針)



古山 あゆみさん
(伊奈中1年 南本)



君島 由莉さん
(小針小5年 小針新宿)

小・中学生

わたしの作品



「幸せの青い鳥とひまわり畑」
鳥の羽根を描くところを工夫しました。



長島 かれんさん
(伊奈中1年 柴中荻)

参加しませんか
第25回大宮〜加須31km
かち歩き大会
「飲まない・食べない・走らない」自己鍛錬の長距離耐久歩行です。
期日 2月22日(日)雨雪天決行
集合 8時さいたま市立大宮



出かけませんか
映画会
日時 2月15日(日)14時
場所 図書館集会室
題名 くずの葉きつね
主催 伊奈映写クラブ
期日 安田 722 1895
第7回ぱれつと作品展
油絵、水彩画の力作ぞろいです。お出かけください。
日時 2月24日(火)〜3月2日(火)9時〜17時(初日13時〜、最終日12時)
場所 総合センター展示ホール
期日 青山 721 9495

小学校
参加資格 健康に自信があり、内臓諸器官に問題のない人(12歳以下は保護者同伴)
参加費 1,800円
申し込み方法等詳しくは、青少年交友協会 03 3262 7471

参加しませんか
初心者歓迎です。一度見学に来てみませんか。
日時 第1・2・3・4木曜10時〜11時30分
場所 本区区民会館またはゆめくる
参加費 3,000円
期日 佐藤 721 4115

参加しませんか
3B体操始めませんか
組合せ抽選会等詳細は、参加チームに直接連絡します。
主催 町野球連盟 仲間を募集します
期日 3月1日(月)までに湯浅 722 5029へ
試合方法 トーナメント方式
個人で参加希望の方は、既存チームを紹介しします。

春季町民野球大会
参加チーム
期日 3月28日(日)毎週日曜
場所 記念公園野球場
対象 町内に在住・在勤・在学する16歳以上の方で構成されているチーム

春季町民野球大会
参加チーム
期日 3月28日(日)毎週日曜
場所 記念公園野球場
対象 町内に在住・在勤・在学する16歳以上の方で構成されているチーム

おすすめ **クッキング** 193

「鯖の幽庵焼き・菊花かぶ」



鯖は皮に包丁目を入れる。漬け汁に1時間以上1晩くらいおく。
魚焼きか200のオーブンで10分くらい焼く。途中つけ汁を2~3回かけて乾かす。

*菊花かぶ

かぶは皮をむき、葉付き側を下にしてお置き、切り離さないように切り目を縦、横にできるだけ深く、細かく入れる。裏側に隠し包丁を入れる。
塩水につけ、20分くらいおいてしんなりさせ、水気をかたくしぼる。
漬け汁に20分以上漬ける。

一言メモ

さんま、生じゃけでも代用できます。かぶは大根でもOKです。

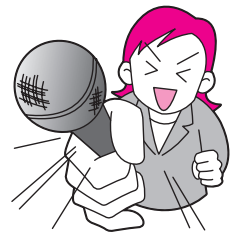
材料 (6人分)

- しょう油 大さじ3
- 酒 大さじ1 1/2
- みりん 大さじ1 1/2
- 柚子の輪切り 2~3枚
- 鯖 80g x 6切れ
- かぶ 6個
- 塩水 水1カップに塩小さじ2くらい
- 酢 大さじ2
- 水 大さじ1
- 砂糖 大さじ1
- 塩 小さじ1/2
- 赤唐辛子 1本



こんなに大きなゆずが実りました。(左のゆずは買ったもの)

寒い季節には、湯豆腐や茶碗蒸なんていいですね。



193

そこに香りづけでよく使われる、「柚子」。柚子は、料理にもいろいろ使えますが、他にも風呂に入れたりして香りを楽しみ、疲労回復にも効果があるといわれています。今回初めて柚子の木に、大きな実をつけたという、松田サイ子さん(栄中央)にお話を伺いました。

「農協で、3、4年前に柚子の木を買ってきて、ずっと実がつくのを楽しみに待っていたの。10月ごろ主人が水をやっていたら、突然『大変だ、かぼちゃができてるぞっ。』って、この柚子の実を見つけたいのよ。見たら、顔と同じくらい大きな実が2つなっていて、驚いたわ。」

この2つの実は、最高の幸せが実ったんだって思ったの。私の実の娘が夫婦で近くに住んでいるんだけど、その息子のご両親が、秋田から近所に越してきたね。みんなが近くで暮らせるようになったのよ。だから、この2つの実は、みんなの幸せが実ったんじゃないかなってすごく思うの。両家で1つずつ仲良く分けたいと思います。」と、とても幸せそうなサイ子さん。

楽しみに待っていた柚子の実は、「獅子柚子」のようですね。獅子柚子はジャムやマーレードに使えるそうですよ。大きな実は食べごたえありそうです。

カラオケサークル	日時 月曜13時~16時	場所 町内カラオケボックス	参加費 609円	和田 768	0431
楽遊会 ゲートボール	一緒に楽しく体を動かしましょうか。初心者大歓迎です。遊具は無料でお貸しします。	日時 月曜・木曜9時~12時	場所 中央児童公園	坂下 722	0138
第51回町民バドミントン大会	日時 2月29日(日)9時~	場所 ゆめくる体育室	対象 平成15年度町バドミントン連盟登録者。未登録者は当日の受け付けも可。(登録料1人750円)	歌謡「歌華」	好きな方お待ちしています。日時 第1・2・3火曜19時30分~21時30分
試合方法 参加ペア数により決定	参加費 1人600円(当日徴収)	2月13日(金)までに教育委員会体育課(2551へ)	連盟登録者は各クラブへ主催 町バドミントン連盟	斎藤 723	2886
対象 福島県人会発足	対象 福島県出身者で、町内在住および在勤者	年会費 1,000円	秋元 721	3470	
村上 722	3704				

掲載希望の方は、掲載希望月の前月5日までに、持参または郵送で広聴広報係まで。ただし月により締切りは変わりますので詳しくはお問い合わせください。