

飛行船

A I R S H I P



TOKADAI
育ち花咲く人のまち

VOL.126

2023年7月



令和4年度 絵画コンクール金賞受賞作品 酒井 順平さん(あおぞら幼稚園 年長)※学年は受賞時のものです。

CONTENTS

■キラリ!この人

佐藤孝男

■いきいきサークル紹介

さやの音

■桃花台センター発 情報ステーション

ピアーレ夏のイベント

桃花台まつり2023

花と樹木のなんでも相談 ほか

■イベントインフォメーション (7月~9月)

■篠岡の自然散策⑨

清水 豊

■カレーがもっと好きになる!

大野じゅん子料理教室 大野順子

■俳句

安藤 秋虹選

■あい・らぶMy Town Vol.69

小牧の元気は東部から!

店舗設計、施工の会社を営み、デザイナーとして、東京や静岡、名古屋など仕事で飛び回ってきた佐藤さん。現役時代は無理であったも、将来的には、趣味があった方がいいなあと考え、60歳くらいから何をしようかなあと趣味を探していました。ある日、車を走らせていたとき、偶然にも「陶芸教室」の看板を見つけ、まずは体験教室へ。元々デザイナーで、器用なだけあり、陶芸の入門ともいえる茶碗づくりは、いとも簡単に作り上げてしまいました。そんな時に、陶芸の先生から「個性の輝く作品を作ってみてはどうですか」とアドバイスをもらいました。

●自分の世界観を
細かい技法で表現

小牧市民美術展では、最高賞の市長賞を3回受賞しました。作品のコンセプトは「化石層〜古代アンモナイトが現代に蘇る〜」で、意味は深い。どの作品もいろいろな手法が散りばめられ、見る方向や位置によって異なった雰囲気を出している。佐藤さん曰く「シンプルに作るよりも細かい細工をすることが好き」と。空気感を出すために穴を空けたり、凹凸を出してみたり、素焼きのままの素材感を出した部分もあれば、織部に使われる釉薬をかけて深い緑色を表現した部分もあり、見れば見るほど深みや味わいを感じさせる作品ばかりです。どの作品も

オブジェ（置き物）としてだけでなく、用の美（花器や一輪刺しなど）が追求されているのも佐藤さんの作品の魅力です。

また、虎や牛、犬などの動物の作品では、動きの捉え方がユニークで、今にも動き出しそうだったり、その姿が「ある、ある」なんて納得してしまったり、他にはない感性を感じさせます。

これだけの作品を作り上げるのにどれくらいの時間が掛かるのか。作品のイメージや構想を考へる時間が長いです。職業病みたいなモノですかね（笑）。作品作りに入ってしまうと、どんどん進みますよ」と話します。



キラリ!
この人

趣味の域を超えた陶芸作品の数々が生活に彩りを創り出す

佐藤孝男（陶猿）さん=光ヶ丘在住

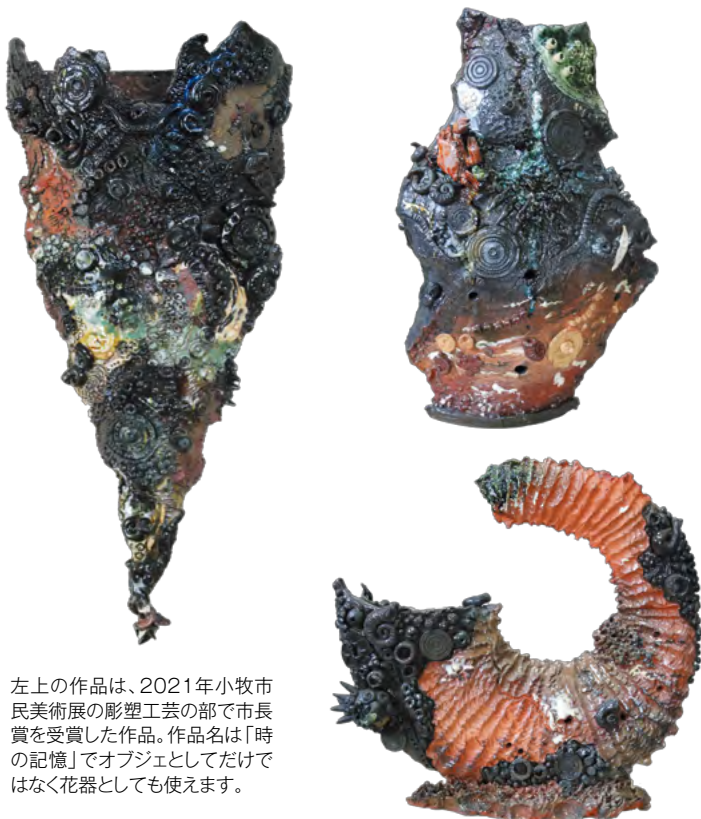
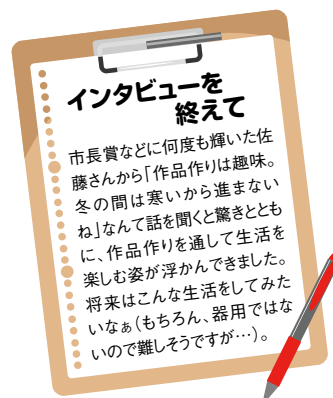
小牧市民美術展・彫塑工芸部門で最高賞の市長賞を3度受賞し、陶芸の世界を楽しむ佐藤孝男さん。「あくまでも趣味です」という佐藤さんの感性豊かな作品を見せてもらいに行ってきました。

●趣味という
スタイルを貫いて…

もう一つの趣味・川柳は、昨年、全日本川柳協会理事賞を受賞した腕前。陶芸より少し遅れて64歳くらいから始めたと言います。「土こねて 私の中の 小宇宙」なんて、陶芸の心も表現しています。

長年、佐藤さんは自身の仕事の中で、自分の頭に浮かんだ作品のイメージを具体化したり、企画書という形で文章表現をしたりしてきました。そんな佐藤さんにとって、陶芸も川柳も得意な分野だったのかもしれない。しかし、どちらも趣味程度がいいと、のめり

こむことなく、自分のスタイルで作品を作り続けてきました。「生みの苦しみはありません。目指すより楽しみを追求していきたい」と語る佐藤さん。これからは素晴らしい作品を生み出してくれることに期待したいと思います。



左上の作品は、2021年小牧市民美術展の彫塑工芸の部で市長賞を受賞した作品。作品名は「時の記憶」でオブジェとしてだけでなく花器としても使えます。



発表会前の練習風景です

東部市民センターに自分の背丈より長くて大きな荷物を持ってメンバーの人たちが集まっています。大きな荷物の正体は「琴」です。市民講座で集まったメンバーが平成29年7月にサークルとして活動を開始。一時期はメンバーが4人と少なくなっていました。現在では7人で

活動しています。サークル名の「さやの音」とは、清らかな音ということから名付けたものだそうです。

前列中央は、講師の成瀬操次声さん



いきいきサークル紹介

さやの音

琴の音色に心を寄せて、伝統文化を楽しもう



気軽に「琴」を楽しもう

琴と聞くと、敷居が高くなってしまうようですが、メンバーの皆さんは、「何も知らなかったけれど、やってみようと思った」と話す初心者の人から、「高校生の頃に部活でやってた」とか「自身の子どもに習わせていて子どもが大きくなって、自分も習おうと思った」とか、皆さん、理由はさまざま、会の雰囲気も緩やかです。

「最初は、楽器を持っていなくても参加できるし、欲しくなったら講師の先生から紹介してもらえから安心して、まずは見学に来てください」と、話すのは代表の大塚さんです。さやの音では、椅子に座ってお稽古をするし、発表会でも着物ではなく、服の色だけ合わせるスタイルなので、本当に気軽に参加できそうです。

お稽古の日、皆が集まると、まず180センチ余りの長さの琴をカバールから出します。そして、琴柱を立てるところから始まります。そして、チューニング（音合わせ）。お互いに協力しあい、雑談も混じえながらサクサクと準備をします。準備を終えたところで、講師の先生の指示で、お稽古が始まります。

琴の魅力は全員一致

講師の先生をはじめ、メンバー全員が思う琴の魅力は、琴の音の美しさ。「琴線に触れる」なんて感動を表す言葉があるように、琴の



琴柱の位置を微妙に動かして音合わせをします。



7人で合奏をします。迫力や重厚感など独奏にはない魅力が…。



龍舌（りゅうぜつ）の部分には、蒔絵などの装飾が加えられています。

糸（音）が人の心を感動させるような美しい音を出してくれるからだと思います。心にストレートに入ってくる細い高い音色やゆっくり空気を震わせるような音色、スピード感のある押し寄せるようなテンポある演奏、ポロリポロリとゆったりとした演奏など、表現力の豊かさも琴の魅力だと話します。

講師の成瀬操次声さんは「日本が誇る伝統楽器である琴を男女問わず、できるだけ多くの方々に気軽に楽しんでいただけたらと思っています」と、日本文化の継承を大切に考えています。

広がっていききたい

月2回、東部市民センターでお稽古が開かれますが、皆さんは家でも練習しているそうです。「熱心です」と言うのと「琴の音を聞いている」とリラックスできたり、ちよつと優雅な気持ちになれるから。練習なんて言えることはしていませんよ」と笑って答えます。年に1、2回、発表会もあり、目



さやの音
代表：大塚あけみ
連絡先：☎090-2685-4119
場所：東部市民センター
練習日：毎月第2、4火曜日
13:00~16:00
受講料：2,500円
体験レッスン
(1回)500円
※要予約 見学は随時/無料

標にもなるそうです。そして、「合奏は、音の幅も迫力も、一人で弾いているのとは全く違う感覚があって、さらに楽しい」と話す人に頷く皆さんは、心から琴の音色に魅了されていると感じました。仲間がさらに増えて素晴らしい演奏を聞かせてもらえる日を楽しみにしたいと思います。

●花ふれあい教室

- ①ポタジェ風の収穫のできる寄せ植えを作ります。
- ②カラーサンドで夏らしい多肉植物の寄せ植えを作ります。



日時 ①7月8日(土) 10:00~12:00
②8月20日(日) 13:00~15:00

場所 フレッシュパークセンター 募集人数 各10名

応募時期と方法 尾張広域緑道のホームページと管理事務所でもチラシを掲示いたします。その後、直接お電話ください。

参加費 3,000円 持ち物 園芸用手袋・持ち帰り用の袋

●青空ヨガ教室

講師を招いて、「美容と健康」を目的とし、幅広い年齢層、そして、初心者にも取り組みやすいヨガを野外で行います。



日時 9月13日(水)、27日(水) 10:00~11:00

場所 フレッシュパーク多目的広場

講師 鈴木加奈子さん 募集人数 各20名

応募時期と方法 随時募集中、管理事務所の窓口又は電話で参加希望をお伝えください。

参加費 500円

持ち物 大きめのバスタオル、又はヨガマット



●ディスクゴルフ体験会

愛知県フライングディスク協会から講師を招いて、フレッシュパーク内にあるディスクゴルフコースで投げ方やルールを学びます。

日時 7月8日(土)、8月5日(土)、9月2日(土) 10:00~16:00

場所 フレッシュパークセンター 募集人数 フリー

応募時期と方法 管理事務所の窓口で参加希望をお伝えください。詳しくは直接施設へお電話ください。

参加費 無料

持ち物 動きやすい服と運動靴でお越しください。フライングディスクは窓口でお貸します。

●ペタンク体験会

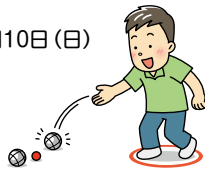
初心者大歓迎!南仏生まれのニュースポーツ(小牧市ペタンク協会の協力のもと、フレッシュパーク多目的広場で投げ方やルールを学びながら楽しくプレーします)

日時 7月23日(日)、8月27日(日)、9月10日(日) 10:00~12:00

場所 フレッシュパーク多目的広場

募集人数 フリー 参加費 無料

応募時期と方法 当日直接お越しください。詳しくは、直接施設へお電話ください。



※雨天の場合は中止になります。

INFORMATION
桃花台センター発
情報ステーション

ピアーレ夏のイベント

◆ワクワク!お楽しみ緑日

射的・サイコロゲーム・輪投げ・スーパーボールすくいで遊べます!ゲームで遊んだら景品をプレゼント♪ぜひ、ご家族皆様とご来場ください。

日時 7月22日(土)、23日(日) 10:00~17:00

場所 ピアーレ広場(桃花台ピアーレ2階)

参加方法 ピアーレ専門店またはMEGAドン・キホーテUNY桃花台店でお買い上げレシート1,000円(税込)以上の提示、または300円(税込)ですべてのゲームに1回参加できます。



第37回 桃花台まつり 2023

桃花台は、私たちの“ふるさと”

桃花台ニュータウンに暮らす【住民の絆づくり】を目的に1987年からスタートし、新型コロナウイルスの感染状況を踏まえた中止から今年、4年ぶりに「第37回桃花台まつり」を開催することとなりました。

桃花台住民にとって大切な“桃花台まつり”が将来も継続できますよう、皆様のご理解とご協力をお願いします。盆踊り、フリーマーケット、エンターテイメントなど、さまざまな催しを実施しますので、ぜひご来場ください。



日時 7月29日(土)、30日(日) 16:30~21:00

場所 桃花台中央公園

主催 桃花台区長会

問合せ 荒木田 ☎080-2630-6688

【駐車場はありませんのでご協力をお願いします】

- 小牧市 ☎0568・72・2101
- 南スポーツセンター フールオープン
- 南スポーツセンター
- 7月1日(土)
- 社会を明るくする運動 小牧市民大会
- 7月1日(土)
- 小牧市平和祈念式典 市民会館
- 8月6日(日)
- こまき令和夏まつり
- 小牧駅周辺及びラビオ4・5階
- 8月19日(土)
- 小牧市敬老会 市民会館
- 9月8日(金)
- 小牧山新能 小牧山史跡公園
- 9月16日(土) ※雨天時・市民会館
- こまき信長夢夜会 小牧山史跡公園
- 9月16日(土) ※雨天中止
- 愛・地球博開催継続事業
- 瀬戸蔵ロケットアカデミー
- 「夏休みロケットワークショップ」(要事前申込み) 瀬戸蔵
- 8月18日(金)~20日(日)
- 第92回せともの祭
- 名鉄瀬戸線尾張瀬戸駅周辺・瀬戸市内一円
- 9月9日(土)、10日(日)
- 第28回来る福招き猫まつり in 瀬戸
- 名鉄瀬戸線尾張瀬戸駅周辺ほか
- 9月23日(土)・24日(日)
- 春日井市 ☎0568・81・5111
- 第47回春日井市民納涼まつり 落合公園
- 7月22日(土) ※荒天時は23日(日)に順延
- 犬山観光プロモーション(上期) 市内全域
- (8月31日)末
- 日本ライン夏まつりロングラン花火
- 木曾川河畔一帯
- 8月1日(火)~10日(木)
- 桃太郎あゆまつり 桃太郎公園
- 8月5日(土)
- 北名古屋市 ☎0568・22・1111
- 歴史民俗資料館企画展
- 「CAN.だらけ展」
- くらしは市にあかれています!」
- 北名古屋市昭和日常博物館
- 7月15日(土)~9月24日(日)

イベントインフォメーション
2023年7月~9月

篠岡児童館の催し 7月～9月 【問合せ】 ☎0568-79-0690

**毎週水曜日
休館**

詳しくは篠岡児童館ホームページ
(右記QRコード)で確認してください。



- **リトミック**【対象】2～3歳児と保護者【定員】15組【日にち】第2月曜日【時間】11:00～11:30
- **赤ちゃんと一緒に産後ヨガ**【対象】2～6カ月の乳児親子【定員】10組【日にち】8/10(木)【時間】13:30～15:00
- **イングリッシュシャワー**【対象】幼児と保護者【定員】15組【日にち】第2金曜日【時間】10:00～10:30
- **あいあいサロン(助産師のあい先生とお話しませんか?)**【対象】乳幼児と保護者【定員】当日自由参加【日にち】7/13(木)、9/14(木)【時間】10:30～11:30
- **クラフトルーム**【対象】小学生以上【定員】10名【日にち】第2土曜日【時間】10:00～11:00
- **アートであそぼ**【対象】幼児と保護者【定員】8組【日にち】7/15(土)【時間】10:00～11:00
- **楽器であそぼ**【対象】2～3歳児と保護者【定員】15組【日にち】第4月曜日【時間】11:00～11:30
- **えいごであそぼ**【対象】幼児と保護者【定員】15組【日にち】第3金曜日【時間】10:00～10:30
- **インターナショナルあそび「ジュエリークイリングをつくろう!!」**【対象】小学生以上【定員】10名【日にち】8/26(土)【時間】10:00～11:00
- **子育て世代包括支援センターの育児相談**【対象】乳幼児と保護者【定員】8組【日にち】7/7(金)【時間】10:00～11:15
- **ベビーマッサージ**【対象】2～6カ月の乳児と保護者【定員】10組【日にち】7/18(火)、9/19(火)【時間】10:00～11:30
- **ワールドミュージック**【対象】小学生・幼児と保護者【定員】15組【日にち】9/2(土)【時間】11:00～11:30
- **赤ちゃんサロン**【対象】乳幼児と保護者【定員】当日自由参加【日にち】毎週月曜日、木曜日【時間】13:15～13:45
- **七夕コンサート**【対象】フリー(要予約)【定員】40名【日にち】7/9(日)【時間】14:00～
- **お月見コンサート**【対象】フリー(要予約)【定員】40名【日にち】9/10(日)【時間】14:00～

大城児童館の催し 7月～9月 【問合せ】 ☎0568-78-0046

**毎週火曜日
休館**

詳しくは大城児童館ホームページ
(右記QRコード)で確認してください。



- **英語であそぼ**【対象】幼児と保護者【定員】15組【日にち】7/7(金)、9/1(金)【時間】11:00～11:30
- **絵本でイングリッシュ**【対象】幼児と保護者【定員】15組【日にち】8/4(金)【時間】11:00～11:30
- **インターナショナルあそび「えいごでワンダーランド」**【対象】年少以上と保護者、小学生低学年【定員】15組【日にち】7/8(土)、8/19(土)、9/9(土)【時間】10:00～10:45
- **リトミック**【対象】2～3歳児と保護者【定員】15組【日にち】第1月曜日【時間】11:00～11:30
- **ベビーと一緒に産後ヨガ**【対象】2～10カ月児と保護者【定員】10組【日にち】7/10(月)、9/11(月)【時間】13:30～15:00
- **クラフトルーム**【対象】小学生以上【定員】5名【日にち】第3土曜日【時間】10:00～11:00
- **イングリッシュシャワー**【対象】幼児と保護者【定員】各15組【日にち】第4金曜日【時間】10:00～10:30、11:00～11:30
- **ワールドミュージック**【対象】幼児と保護者【定員】15組【日にち】7/22(土)【時間】11:00～11:30
- **楽器であそぼ**【対象】2～3歳児と保護者【定員】15組【日にち】第3月曜日【時間】11:00～11:30
- **ベビーマッサージ教室**【対象】2～6カ月児と保護者【定員】8組【日にち】8/31(木)【時間】10:00～11:30
- **子育て世代包括支援センターの育児相談&健康診断**【対象】乳幼児と保護者【定員】8組【日にち】9/11(月)【時間】10:00～11:15
- **ポルトガル語教室**【対象】小学生以上【定員】当日自由参加【日にち】毎週日曜日、水曜日【時間】日曜日は14:00～、水曜日は18:00～
- **赤ちゃんサロン**【対象】乳幼児と保護者【定員】当日自由参加【日にち】毎週水曜日、金曜日【時間】13:30～

エコハウス・小牧 【問合せ】 プラザハウス ☎0568-78-5016

〒485-0802 小牧市大字大草5786-83 FAX 0568-78-5061
E-mail:saisei@city.komaki.lg.jp

ところ プラザハウス

対象 市内在住・在勤・在学の方が優先
※各教室は一部を除き1回で終了し、継続教室ではありません。

申込み 申し込み受付中、定員に満たない教室は開催日前日まで申し込み可。希望教室名、参加日、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、保護者氏名(ふりがな、保護者同伴の場合)、年齢、学年、電話番号を一帯ごとに記入し、はがき、FAX、メール又は直接プラザハウス窓口

※一人で複数の教室を申し込むことができます。詳しくは、小牧市ホームページ(QRコード)をご覧ください。



7月～9月 特別体験教室日程表 受講料無料

対象年齢	教室名	日時	定員
★	布ぞうりを編んでみよう	8月2日(水)	各5名
		9月1日(金)	
★	スタンドグラスで吊り下げ鏡を作ろう ※2回で1つの作品を作ります	7月13日(木)、20日(木)	各5名
		9月6日(水)、13日(水)	
★	さき織りでマットを作ろう ※2回で1つの作品を作ります	9月14日(木)、21日(木)	6名
		#	とんぼ玉で ゆらゆら人形を作ろう
		8月17日(木)	
		9月22日(金)	
◆	季節のお皿を作ろう (サンドプラスト)	7月16日(日)	各10名
		9月17日(日)	
◆	ガラスの花びんを作ろう ※サンドプラストをして貝殻を飾ります	7月30日(日)	各10名
		8月26日(土)	
◆	ゆら・きら飾りを作ろう	8月19日(土)	各10名
		8月20日(日)	
◆	木の実でハリネズミを作ろう	8月23日(水)	各10名
		9月3日(日)	

対象年齢 ★中学生以上 #小学4年生以上 ◆5歳以上

(対象年齢は各講座の難易度を示しています)

通常授業がある日は、小・中学生の方は参加できません。

*小学生以下は保護者同伴で参加できます。保護者はお子さんの付き添いになります。保護者1名につき、お子さん2名まで参加可能です。

*教室に申し込みしていないお子さんを連れての参加はご遠慮ください。



噴水・せせらぎの点検

桃花台中央公園の水の修景施設として親しまれている噴水・せせらぎの水が、ポンプなどの機械点検及び清掃のために休止します。ご迷惑をお掛けしますがご協力をお願いします。



7月6日(木)、20日(木)
8月3日(木)、17日(木)
9月7日(木)、21日(木)

※荒天の場合は変更する場合があります。

尾張北部権利擁護支援センター

成年後見制度に関する巡回相談

毎月第1火曜日に、相談員が東部市民センターに出向いて相談をお受けします。

(1)相談は1日3組(1組50分)

(2)相談には、予約が必要です。

日にち 7月4日(火)、8月1日(火)、9月5日(火)

時間 ①13:30～14:20 ②14:30～15:20 ③15:30～16:20

場所 東部市民センター 会議室

問合せ・相談の予約 ☎0568-74-5888 FAX0568-74-5855

※巡回相談以外でも電話・FAX・オンラインによる相談を随時受け付けています。

※受付時間は、平日午前9時から午後5時(土・日・祝日を除く)

※手話通訳・要約筆記など配慮が必要な方はご連絡ください。

※「市民後見人養成研修」説明会を8月26日(土)13:30～ふれあいセンターで行います。詳しくはホームページをご覧ください。



こまぶんフェスタ2023

「あーとな広場 ～かんじる つながる～」

誰もが気軽に文化や芸術を楽しむ「こまぶんフェスタ」を今年も開催!アート作品の展示やコンサート、ワークショップなど、様々な出会いと新たな発見に満ちた、魅力満載の祭典です。

日 時 8月20日(日) 10:00~17:00
 一部イベント要申込
 申込受付中!

場 所 市民会館・市公民館

料 金 一部有料イベント有



©ORIGANUM HERITAGE STUDIO

展覧会 小出ナオキ 指さきのゆき先

～紙、布、木、プラスチック、土、それから～

異界のものたちや、家族をテーマに、セラミックによる愛らしくも不思議な立体作品など、新作を含めて一堂に紹介します。

日 時 9月2日(土)~10日(日)
 10:00~17:00

場 所 中央図書館 イベントスペース

料 金 入場無料



【関連ワークショップ・アーティストトーク】

ワークショップ「やきもの粘土でお化けを作ってみよう!」
 アーティストトーク「指さきをめぐる旅～素材と私との関係～」

石井竜也スペシャルコンサート 2023 IN KOMAKI

アーティスト・石井竜也が「浪漫飛行」などの名曲の数々を歌い上げます。

日 時 9月3日(日)
 17:00開演 (16:15開場)チケット好評発売中

場 所 市民会館 大ホール

料 金 一般 S席:8,000円 A席:7,000円 B席:6,000円
 ●アートフレンド会員割引あり
 ※全席指定 ※未就学児入場不可



里山保全活動の実施

光ヶ丘中学校の「総合的な学習の時間」における「里山保全活動」も13年目を迎え、5月8日、11日、30日に学年ごとに、生態系などに被害を及ぼす特定外来生物オオキンケイギクの駆除を篠岡緑地及び城山緑地一帯で実施しました。

当日は天候にも恵まれ、生徒さんたちは「ねじり鎌」などを片手にオオキンケイギクを根元から引き抜き、市から配布されたごみ袋に入れて拡散しないようにして処分をしました。

3日間の作業で回収量は約200kgになり、自然環境の保全に取り組んでいただきました。



花と樹木のなんでも相談

花や樹木の病害虫の防除や施肥の方法など、花や樹木に関する様々なご相談に応じます。

相談者
 先着10名様に
 粗品進呈



日 時 7月21日(金)、8月18日(金)、9月15日(金)
 いずれも10:00~12:00

場 所 ピアーレ広場(桃花台ピアーレ2階)

相 談 員 愛知県樹木医会会員、あいあいガーデニング

問 合 せ (一財) 桃花台センター ☎0568-79-1330
 土・日・祝日を除く 9:00~17:00

無料

篠岡の自然散策

マメナシ

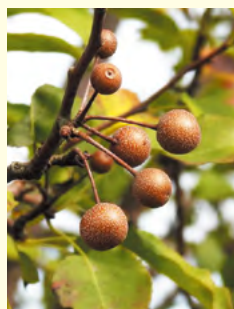
⑨

清水 豊

マメナシはバラ科ナシ属の落葉高木で桜によく似た白い花を四月に咲かせます。ニホンナシと同じように自家受粉ではほとんど結実しないことが確認されているそうです。マメナシは果物として知られるナシの仲間、その果実が小さいことからこの名前があります。黄褐色の直径一センチほどのニホンナシに似た実は熟すと黒くなり落下します。ただし、ナシの原種ではありません。実はは渋みがあり、ニホンナシ同様に石細胞がありますが食用には適しません。葉は互生する単葉で長さ四〜九センチ、幅三〜六センチの広卵形で先がとがっています。葉の縁には細かく鈍い鋸歯と呼ばれるギザギザがあります。若葉には白色の毛が生えています。

朝鮮半島、中国、台湾、ベトナムにも分布していますが、日本国内では東海地方の愛知県や三重県の日当たりのよい湿地に生育しています。マメナシと同じような分布域をもつシデコブシやシラタマホシクサなどとともに東海丘陵要素(周伊勢湾要素)と呼ばれています。別名のイヌナシと呼ぶ地域もあります。これらの植物は氷期の遺存植物とされています。

小牧市では大草の太良池だいらいけに自生し、平成二十三年に愛知県指定天然記念物になっています。生育地の環境は里山やため池周辺のやや湿った場所



マメナシの果



マメナシの花



自生地の設置看板



カレーが もっと好き になる!

日本の国民食と言われる「カレー」。今回は、季節に合わせたおすすめのカレーを4回シリーズで紹介します。第1回目は、夏野菜を使ったスープカレーです。さらっとしたスパイシーなスープに、ごろっと具材が入った夏にぴったりの一品です。

第1回

夏野菜のスープカレー

【材料】4人分

- 鶏もも肉 280g
- 塩 小さじ2/3
- プレーンヨーグルト 50cc
- たまねぎ 大1個
- にんじん 2/3本
- じゃがいも 2個
- ピーマン 2個
(パプリカでも可)
- 卵(固ゆで) 2個

- しょうが(みじん切り) 1/2片
- にんにく(みじん切り) 1/2片
- サラダ油 大さじ2

- 水 700cc
- 固形コンソメ 1個
- カレー粉 小さじ2
- 塩 少々
- こしょう 少々
- ローリエ 1枚

作り方

- ① 鶏肉は一口大に切り、塩とヨーグルトに漬ける。
- ② たまねぎは半分をみじん切りにし、残りは根元を残したまま4つに切る。にんじんは縦半分に大きい乱切りにする。じゃがいもは皮をむいて、大きめに切る。ピーマンは切って種を除き、4つ割りにする。
- ③ 厚手の鍋にサラダ油とにんにくを入れ熱し、しょうがを加えて炒める。みじん切りのたまねぎを加えて、しんなりするまで炒める。水、固形コンソメ、カレー粉、塩、こしょう、ローリエを入れる。
- ④ ①の鶏肉を加えて10分煮る。あくを取り、じゃがいも、にんじんを加えて煮る。5分後、たまねぎを加える。野菜に火が通ったら塩、こしょうで調味し、ピーマンを加えて火を止める。※ローリエを取り出す。
- ⑤ 器に盛り、半分に切った卵を添える。

※好みでガラムマサラを加えると香り豊かになり、チリペッパーを加えるとスパイシーに仕上がります。
※夏野菜(かぼちゃ、なす、ズッキーニ、アスパラガス、とうもろこし、ゴーヤ)等を使ってもおいしくなります。

おまけ 香辛料とは

食品や料理に風味を与える植物(葉・種・莖・樹皮・根・花・つぼみなど)を指し、スパイス(350~500種)とハーブ(10,000種以上)に分類されます。

香辛料は、疲労回復、免疫力アップ、血液サラサラ効果や消化力アップ、リラックス(鎮静)効果などが期待されています。カレー粉は、数十種類の香辛料がブレンドされたもので、各家庭やメーカー、地方によりさまざまなブレンドがあります。



大野 順子

で栄養講座を開講。現在は、近隣保健センターで、栄養改善教室を担当。

大野じゅん子料理教室主宰。乳業メーカーのお客様相談室で勤務。乳製品を使った料理の開発・普及を担当し、和食に乳製品を取り入れた「乳(ニュー)和食」を提案。東海3県内の保健所・保健センターで、栄養改善教室を担当。

大野 料理教室 小牧 検索

俳句

朝焼や槍の穂先に後一歩

永野 千聖子(城山)

駒来俳壇
安藤秋虹(敏幸)選

【評】「槍の穂先」とは槍ヶ岳山頂の穂先のことです。槍ヶ岳は飛騨山脈の標高三一八〇メートル。山頂は三角の峰をなし、槍の穂先と言われている高山です。夜を徹しての登頂です。朝焼けです。後一歩と迫り、槍の穂先にアタックした時の感動は言語に絶するものです。

石ひとつ青田の水を整へり

田中 昭子(三ツ瀨)

【評】昨年、農業用水路陥没のため、水の供給がとだえた危機がありました。ようやく安定の時を迎えました。青田の水は稲作の命です。常に水の供給循環を石ひとつで整えているのです。農業者の人を始め多くの人々の努力で守られています。

安全な一杯の水原爆忌

島田 美代子(小牧大山)

【評】原爆忌とは、昭和二十年八月六日の広島原爆の日と、八月九日の長崎原爆の日を言います。被災者は全身に放射線と熱風を浴び、焼きただれ、水をくださいを訴えて死んでいったのです。現在地球上では核戦争の危機に迫られています。平和にして安全な一杯の水を守らねばなりません。

射し込み客座の月に茶を点てる

上原 克子(若崎)

【評】射し込みし 客座の月に 茶を点てると、淡々と流れるような句であります。満月の静かな夜の茶会です。茶せん(茶)の音が、さささとしています。「客座の人に」茶を点てるといわず、「客座の月に」茶を点てるとして、詩的な表現の一句であります。



小牧の元気は東部から!

今回から4回シリーズで、東部地域を元気にする活動を紹介していきます。皆さんもぜひ、さまざまな活動に参加してみませんか。

第1回 自分たちの住む地域に興味と関心を持ってみませんか。



面型のワークショップ

このプラットフォームでは対面型のワークショップ

まちづくりは人と人が繋がることで、初めて実行されます。ひとりではまちづくりを始めたくても、なかなか一歩が踏み出せません。

「東部地域に興味がある!」「自分も東部地域で何か活動してみたい!」など理由は様々ありますが、まずは、右のQRコードを読み取って、プラットフォームに登録、参加してみませんか。

「東部地域では、多くの人が連携・協力する新たなまちづくりの挑戦がスタートしています。」

東部まちづくりプラットフォームに参加しよう!

参加・登録は
こちらから



QRコード

去年は、「東部地域でつながり、やってみようプロジェクト」を開催し、こんなことを実施しました!

～東部まちづくりプラットフォームから生まれた催し～

●あおぞら市場 (令和4年11月27日)

桃ヶ丘小学校区地域協議会が開催しました。地域の農家さんと地元住民のふれあいや交流の場、地産地消の取り組みができました。参加した人たちは、昔ながらの対面販売の楽しさを味わい、新鮮な野菜を手にしていました。



●地産地消プラットフォーム

東部地域の特産品を使ったレシピ、商品、メニューをFacebookでアップしています。2月には、名古屋コーチンの卵、仙寿卵、普通の卵の3種類でプリンを作って食べ比べを行いました。



●こどもマルシェ (令和4年12月4日)

「こどもを地域で育てたい!」という思いから企画され、大城児童館で開催された「こどもマルシェ」。こどもバザールでは、こどもたちがリサイクル品を持ち寄り、自分たちで店を出す体験をしました。



●動画を活用したイメージアッププロジェクト

東部地域イメージアッププロジェクトのメンバーが、東部地域の魅力をドローンとハンディカメラで撮影し、発信しようと始まった企画。すでに、第4弾まで発信されています。



お知らせ

「キラリ!この人」、「いきいきサークル紹介」の情報提供を募集しています。その他掲載記事の情報もお待ちしています。

【連絡先=右欄に記載の桃花台センター飛行船担当。なお、掲載の可否、内容、時期などは当センターにお任せ願います。】

▼桃花台センター HP



◇発行/一般財団法人 桃花台センター
〒485-0814
小牧市古雅一丁目1番 ビアーレ3階
TEL=0568-79-1330
FAX=0568-78-1239
H.P.=https://tokadai-center.jp
E-mail=zai-tokadai@poem.ocn.ne.jp

◇編集/エフデザインワークス株式会社
〒485-0041
小牧市小牧1-135 フジカネひまわりビル1F
TEL=0568-65-7077
FAX=0568-77-4732
H.P.=http://f-designworks.com
E-mail=info.fdw@gmail.com