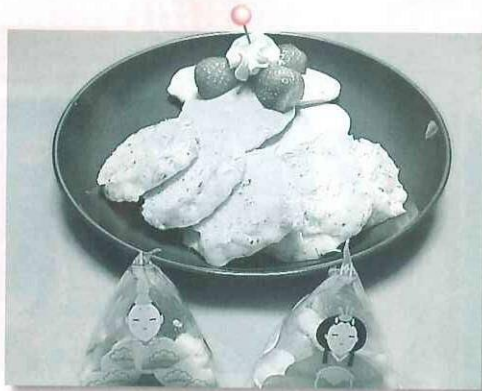


★材料★ (10枚分)

- 大根(青い部分皮付きで)..... 500g
- 桜エビ..... 15g
- 青のり..... 少々
- コーンスターチ(片栗粉)..... 80g
- 小麦粉..... 120g
- 塩..... 小さじ1/2



★作り方★

- ①大根は良く洗ってから皮をむいてすりおろします。
皮は細かくみじんに切っておきます。
- ②桜エビを手でちぎります。(子供が食べるのであれば、ミキサーや包丁で細かくします)
- ③すりおろした大根に塩を入れ、かき混ぜます。

- ④コーンスターチ、小麦粉を加え、良く混ぜ合わせます。
 - ⑤桜エビ、みじん切りの大根、青のりを加えます。
 - ⑥フライパンを中火に熱し、油をしき生地をフライパンに落としていきます。
 - ⑦好みの焼き色がつけばできあがりです。
- * 淡い桜色が、春らしくて食卓を彩ります。

○菜の花をイメージした黄色の「かぼちゃのホットケーキ」を添えるといっそう春の気配を感じます。

★作り方★

- ①ホットケーキミックスにかぼちゃの甘煮(砂糖、みりん、塩1つまみで牛乳または水で柔らかく煮ます)を加え、

ポッププレートや、フライパンで焼きます。(かぼちゃの代わりにさつまいもでも良いです)

おらが村の粉料理

子供も喜ぶ大根餅

火の口地区食生活改善推進員

たかやまの文壇

「新年句会」

(文化協会俳句部)

真白なる富士の山あり初暦
 巖かにパウーいただく初日の出
 着ぶくれて愛犬とゆく風の中
 左義長や浮世の夢を焚きにけり
 麦踏は省略します麦に言ふ
 バランスをくずして歩む雪の道
 左義長の残り火囲む影法師
 有明の日の残れる寒さかな
 大寒の笑いあふるる落語寄席
 寄り添うて家族のごとく落の莖
 前向きに地固なき余生去年今年
 どんどの火天を焦して村を守る
 定位置に納めて清し初暦
 初暦マッターホルン聳え立つ
 風評へ振り込め詐欺へ寒見舞
 蘭玉のゆれる毛の郷駅舎にも

「初句会」

膨らんで山際離る春の日
 歩数計付けてまどろむ春炬燵
 園児より福持ち帰る鬼やらい
 日没の光をあびてシヨウビタキ
 梅の香の客を迎へる山の宿
 地の息吹かたくりの花揺らしけり
 笹鳴や山ふところの宮参り
 日郷伸ぶ一步のあゆみ深呼吸
 うぐひすは当分啼かず北の空
 被災地のがれき受け入れ決まる春
 東風吹けば水面に踊る日の光
 雪の音きいてみたくてそつと踏む
 風花や母の命日刻みくる
 強東風に徒長枝きようは預けたり
 原発の不安を知らず地虫出づ
 流れ来る朝のチャイムや寒明ける

あきを

朝郎

泰枝

良郷

一哉

昭典

幸子

耀子

朝郎

耀子

一哉

幸子

あきを

良郷

泰枝

昭典

こちら「2代目緑のふるさと協力隊」

こんにちは！第18期緑のふるさと協力隊の須原由里加です！
 まだまだ寒い日が続きますね。早起きして、朝色々作業しようと思うのですが、寒くて布団から中々出られません◎

最近、村の人と会うと、「もう農家の仕事は無いんじゃない？何してるの？」と声を掛けて頂きます。畑に出る事はほとんど無いものの、今は薬草を作っている農家を中心に活動しています。高山村で主に作られている薬草は、「トウキ」と「サイコ」です。どちらも根つ

この皮が漢方薬や入浴剤などとして使われます。薬草の中に混じりこんでいる石を取り除くのですが、漢方薬にもなる為、出荷の検査が厳しいそうでピンセットを使つての細かい作業！1日見ていると、もう薬草ワールド。夢の中でも石拾いしていました(笑)
 けど、やっぱり農業は楽しい!!



あとは、村の交流施設「なごみ」に行くのが最近のマイブームです。今まで、存在は知っていたけど行つたことがなくて先日初めて行つたら、あの空間にハマりました(笑)
 こたつもあつて、ポカポカまゝつたり。おじいちゃんおばあちゃんや、子育て支援センターに来ているお母さんや子どものお喋りも、とても楽しくて、もっと早く行つていたらよかつたなあ。



元氣いっぱい咲く福寿草

編集後記

東日本大震災から1年が経過しようとしています。昨年、村は計画停電の実施地域にならずひと安心しましたが、部屋の電気をこまめに消したり、コンセントを抜いたり、けちけち作戦を心がけました。今まで知らないうちに電気の無駄遣いをしていたと気づかされた1年でした。

