

旬の食材を使った 今月一品

お手軽！簡単！！
レタス入り梅肉チャーハン



- 材 料**
(4人分)
- レタス.....160g
 - 梅干し.....20g
 - ちりめんじゃこ.....30g
 - 卵.....2個
 - ごはん.....460g
 - サラダ油.....大さじ2
 - 酒(料理酒).....大さじ1
 - しょうゆ.....小さじ1
 - 白いりゴマ.....大さじ1

- 作り方**
- レタスは食べやすい大きさにちぎり、梅干しは種を除いて包丁で細かくたたく
 - 鍋にサラダ油を熱し、割りほぐした卵を流し入れる。大きく混ぜ半熟になったらご飯を加え、手早く混ぜる
 - ②に①の梅干し、ちりめんじゃこを加え混ぜる。酒、しょうゆを鍋肌から回し入れ、手早く混ぜる。最後に水気を切ったレタスを加えサッと炒め、器に盛り、ゴマをふる

きらり おばま 人

三月に歌集「山王前」を自費出版した山本敏子さん。短歌を作り始めたのは、教壇を離れて十年以上経ってからです。山本さんに歌集を出版した経緯や歌への思いを伺いました。

「この歌集には、四百六首の短歌が収録されています。教員生活や結婚、子育て、亡くなった父への思いなど、どんなときでも一生懸命に生きてきた証しが一冊になったと思います」

百二十部作り、学生時代の友人や歌の仲間、息子夫婦、親戚などに贈ったそうです。

「短歌雑誌の全国選者を務めている友人の勧めで、平成十四年に若山牧水



山本 敏子さん (76歳・山王前一丁目)

生の証しに短歌集を自費出版

「どの歌にも思い入れがありますね。わたしが六歳のときに戦病死した父に対する思いもたくさん歌にしました。」

「背負はれし父の背中ぬくもりは 遠き日なれど我が身に残る」

もその一つです。大好きだった父。西津の浜で遊んでもらい、おんぶされて帰ったことは今でも忘れられませんが、当時を振り返ります。

「これからも月に十〜二十首は作っていきたいです。最初は興味のなかった歌も、今では作るのが楽しみです。歌集の続巻が出版できたら本当にうれしいですね」と終始笑顔の山本さんでした。

●あなたの周りの「きらり輝いている人」「生き生きしている人」(グループも歓迎)を紹介してください。 市長室 ☎ 53・1111 内線 325

山柳

若狭番傘川柳会

- 足音高く踊っています嬉しい日 遠敷 山藤 さち
- 手みやげと話題をさげた友が来る 小浜津島 加藤みつゑ
- 早耳の話題に刻が過ぎて行く 小浜玉前 熊田千代子

短歌

口名田短歌会

- 事故当時片端と呼ばれし悔しさも 老いたる今は薄れきたりぬ 西相生 東 定夫
- つまりたる落ち葉のぞけば濁り水 勢ひ流れて清流となる 谷田部 岡田 満子
- 握りたる手の温もりは消えゆきて 父との永遠の別れとなりぬ 口田繩 武内 郁子

俳句

小浜市俳句連盟

- 傘に落つ雫大きく栗の花 山手二丁目 鹿野 愛子
- 夏めくや小川はなれぬ子等の声 太良庄 高鳥 久美
- 雨蛙今朝からずっと塀の上に 南川町 吹田かな絵

広告

広告

広告

広告

広告

広告