

みんなのひろば



▲絵を描く経験を通して子どもたちの情操を育み、所沢市の文化振興を図ることを目的として開催された「第63回子ども写生大会」。子どもから大人まで、春の暖かな陽気の中でスケッチを楽しみました。
4月26日(出)／西武園ゆうえんち
(撮影：市民カメラマン・滝島利男)



▲所沢に本拠地を置くNBAバレエ団により開催された「バレエふれあい感謝祭」。子どもたちのバレエ体験、団員によるバレエの発表や、ゲストにはローザンヌ国際バレエコンクールで優勝した二山治雄さんが登場し、会場は大変盛り上がりしました。
4月20日(日)／NBAバレエ団スタジオ (岩岡町)
(撮影：市民カメラマン・佐藤清一郎)



▲小手指駅からクロススケの家(三ヶ島三丁目)、狭山湖などを巡った『みどりのふれあいウォーク』。2,954人の参加者は、新緑の美しい全長11kmのコースに用意された狭山茶の試飲コーナーや健康クイズなどを楽しみながら、所沢の自然を堪能しました。
5月6日(休)／小手指駅北口から狭山不動尊
(撮影：市民カメラマン・浅見司郎)



▲所沢駅西口から元町コミュニティ広場までの各タワービルで、ライブフリーマーケット、チャリティーウォークラリーなどさまざまなイベントが行われた「第20回とことろタワーまつり」。今年もたくさんの方が訪れ、中心市街地をにぎわせました。
5月11日(日)／所沢駅西口から元町コミュニティ広場ほか
(撮影：市民カメラマン・伊藤磨紀子)

おうちで食べよう! 所沢の学校給食 あじさいサラダ

栄養士さんが考えた学校給食のメニューの中から、所沢産の食材を取り入れたものや、特色あるレシピを紹介します。

- ◆今回の献立
- ビーフカレー
- 牛乳
- あじさいサラダ★
- さくらんぼ



- ★あじさいサラダ
材料(4人分)
- キャベツ……………125g
 - 紫キャベツ……………40g
 - ゆで塩……………適宜
 - ハム……………30g

- 【ドレッシング】
- ・ワインビネガー……………大さじ1/2強
 - ・砂糖……………小さじ1弱
 - ・塩……………少々
 - ・こしょう……………少々
 - ・サラダ油……………大さじ1

- 作り方
- ①キャベツ・紫キャベツは短めの短冊切りにし、塩ゆでする。
 - ②ハムは、短冊切りにする。
 - ③ボールにワインビネガー・砂糖・塩・こしょうを入れよく混ぜ、サラダ油を少しずつ加えながら、よく混ぜてドレッシングを作る。
 - ④①の野菜と②のハムをあわせ、③のドレッシングであえて出上がり。
- ◎ドレッシングは味を見ながら混ぜる量を調整してください。
◎酢とあわせるとより色が鮮やかになり、このきれいな色をあじさいの花の色に見立てたサラダです。

ここがポイント **紫キャベツ**

紫キャベツは、レッドキャベツ・赤キャベツとも呼ばれ、一般的なキャベツよりも巻きが堅く、肉厚で少し小ぶりな葉の色が表も裏もきれいな紫色をしています。紫色はアントシアニンという色素でブルーベリーやナス、紫いもなどに含まれるポリフェノールの一種で、古くから目の動きを高める効果や眼精疲労を回復させる効果があるとされています。

ワインビネガーをりんご酢、サラダ油をオリーブオイルにかえてアレンジしたり、キャベツ・紫キャベツ・ハムを正方形に切り、あじさいをイメージしてみてもいいかもしれません。

問い合わせ 保健給食課 ☎2998-9249 ☎2998-9167

はっちゃん 野老っ子

5月1日に上田清司知事が茶業農家の見沢園(日比田)を茶業視察した後に、市役所西口広場などで行われた「第18回とことろざわ新茶まつり」を訪れ、新茶の試飲や茶葉を使った料理の試食、茶の製造機械や手もみ茶の実演などを見学しました。

その手もみによる製茶法を上田知事に説明した所沢市手揉み狭山茶保存会会長の佐久間清一さんにお話を伺いました。

手もみは、約2.5kgの蒸した新芽を2人で約5時間、焙炉(下からガスで加熱して茶葉を乾燥させる手もみの台)の上でもみ続け、徐々に水分を蒸発させ針状に仕上げ、乾燥させます。製茶すると重さは約5分の1になります。手もみ茶にお湯を注ぐと、針状になった茶葉が開き1枚の葉になり、独特の香気(新鮮な緑の香り)を放ちます。

手もみの技術を伝承しようと平成15年に保存会を発足。佐久間さんを含め、会員の中には手もみの製茶法を知っている人はいませんでした。「戦前まで行われていた製茶法を、私たちの世代が次の世代に伝承しないと途切れてしまう。機械での製茶は、人の手の動きを機械化したもの。手もみを習得すれば、機械操作の技術も向上し、もっとおいしいお茶を作れるようになるのでは…」との思いから活動を開始。

気ままな日課

目標を掲げて日々努力というふうなものではなく、気ままに始めた朝・夕のウォーキングが自然と身に付き日課となった。観光スポットとしても知られる目的地は春夏秋冬、季節ごとに違った顔で目を楽しませ、元気を与えてくれる。

この季節は森の青葉が日に日に緑を濃くし、フロッコリーのようなど例えた詩人もあったように、木々は力強く盛り上がっている。ウォーキングのおかげか、体調良好なものもありたい。雨ニモ負ケテ、風ニモ負ケテ、この日以外は1日10キロメートルをめぐりに続けている。

小手指町 高橋 馨

手もみ茶の技術を伝承

佐久間 清一さん(林在住)

手もみでお茶を作ったことがある茶業農家を訪ね、製茶法を聞き作ってはみましたが「茶葉を見る限り、おいしいお茶に仕上がったと思ったのですが、まずくて飲めるものではありませんでした。見た目と味は違いました」と当時を振り返ります。

その後も試行錯誤を重ね技術を習得し、全国手もみ茶振興会から、技術を伝授・指導するための資格である「教師」に認定されます。手もみ茶を始めたことで、機械でも一段とおいしいお茶が作れるようになり「苦労した甲斐がありました」と言います。

会の活動は、製茶技術の向上のほかにも、お茶の普及活動があります。小学校やイベントなどで手もみ茶を実演し続けてきた成果が出たのか、少しずつではありますが、お茶を飲む家庭が増えてきたそうです。

新茶のおいしい季節です。「朝、お茶を飲めれば心が落ち着き、その日一日の災難を逃れることができる」という言い伝えがあるように、朝、お茶を飲んで心を落ち着かせてから一日をスタートしませんか。



▲知事に手もみ茶製法を説明する佐久間さん

地域の絆 やっぱり自治会・町内会でしょ!②

ご近所同士で力を合わせ、さまざまな課題解決や地域の絆づくりを行っている自治会・町内会をご紹介します。

向陽ハイツ自治会

～いざというときに備えて ご近所の助け合いから減災へ～

向陽ハイツ自治会は、富岡地区の南に位置し、マンションに住む約220世帯で活動している自治会です。

向陽ハイツ自治会は消火器を使った消火訓練や、一人住まいの高齢者をご近所で助け合いながらの段階での避難など、マンションという自治会の特徴を踏まえて、火災の発生を想定した避難訓練に力を入れています。こうした日ごろの訓練から、平成22年にマンション内で火災が発生した際には、素早い初期消火を行い、人命救助につながりました。

また、地震の発生を想定した「減災」にも取り組んでいます。防災に関する住民アンケートを実施し、住民の防災への意識調査を行いました。調査結果から、各家庭では食料の備蓄はしているが、カセットコンロなどの調理器具を備えている家庭が少なく、ライフラインが止まった場合に調理ができなくなる恐れがあるとわかりました。この結果を踏まえ、自治会の文化祭で炊き出し訓練を兼ねた餅つき大会を実施し、多くの方に足を運んでもらうとともに、有事に備える訓練を行うことができました。



▲消火訓練の様子

鹿島輝雄会長は「普段からのコミュニケーションが大事。言葉を交わしたことがない人同士は、いざというときに助け合えないと思うんです。」と語ります。日ごろの防災訓練で培われた団結力を富岡地区体育祭の応援合戦で発揮し、大会会長賞を受賞することができました。

平成26年度からは、自治会の組織に「総合防災部」を設立。防災マニュアルの作成や防災用具の点検・整備を行い、さらに「防災」と「減災」を強化していきます。

☎コミュニティ推進課 ☎2998-9083 ☎2998-9491

誰でもエッセイ

テーマ「私の日課」

緑のお世話

たくさんいるうちの子の世話をすることが私の日課です。初夏を迎えるときに成長しているのでも大変ですが、育てあげたときの喜びは何にもかえがたいものがあります。手をかえ場所をかえ、水をやり、いつも「水足らないよー」とへにやっこなっても待つてくれるうちの子(植物)はいい子たちです。

今はソラマメが鈴なりに収穫待ち。今年のグリーンカーテンは、4種類植えることを計画しています。私のお仕事が終わったらすぐに水をあげるから、お礼口さんに待っていてね。

パトロール

日課の一つとして、退職後に小学校児童の下の校バトロール活動に参加し、9年目を迎えました。毎日ボランティア仲間が集まり下校児童に付き添い、自宅近くまでパトロールを行います。用事があったり、体調不良の日は休むこともありますが、それ以外は参加しています。今はハナミズキがきれいな花を咲かせており、季節により目を楽しませてくれ、ちよっとした運動にもなっています。

子どもの安全を守り、座右の銘である「継続は力なり」で、これからもできる限り活動に参加していきたいです。

松郷 島村 紀一郎

