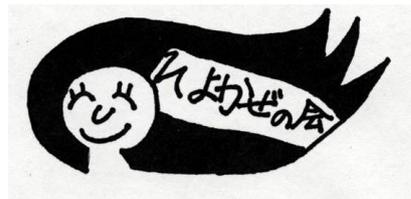


そよかせ便り



N0.40 平成 25 年 2 月 1 日 発行

編集：中央東地区農村女性リーダー協議会（そよかせの会）
協力機関：中央東農業振興センター

食博覧会に参加しま〜す



名称 2013 食博覧会・大阪（第 8 回）（第 1 回 1985 年・4 年毎に開催）
基本テーマ 宴（UTAGE）
開催テーマ 食でつながろう日本と世界
会期 2013 年 4 月 26 日（金）～5 月 6 日（月） 11 日間
開催時間 10：00～18：00
会場 インテックス大阪

食博覧会とは食のオリンピックと言われ、食をメインテーマとした大イベントです。
とさかみのニラ・ピーマン・シシトウ・青ネギ・やっこねぎ・フルーツトマト部会が
参加します。

ニラ部会は 高野 節
やっこねぎ部会は 村田 裕子 が行ってきます

食博は日本を元気にするビッグイベントです!

食博がおよぼす経済波及効果は日本全体で約203億円!
食の力で日本を元気にする大イベントです。

こりゃ～えい事知ったよ！

薬草にはまっている人からの情報です。

この辺りでは雑草として抜かれている「スベリヒユ」、実は有名な薬草で、ヨーロッパでは古くから食べられているそうだ。以前、東北の方で食べている話をテレビでみたような気がするが・・・。



ミニ雑草図鑑 引用

効果のある症状

煎じて服用すれば、解熱 清涼 浄血剤となり、便秘、痔、尿道炎、心臓病、肝臓病、胃かいようなどに効果がある。

生葉汁を外用し煎液を内服すれば、イボ、ニキビ、そばかす、インキン、タムシ、シラクモ、毒虫刺され、痔、乳腫に効果がある。

6月～8月に開花前のやわらかい茎先を根際で切り取り、4～5cmに切り、塩ゆでしてから水にさらしてアク抜きをすれば、煮物や炒め物にできる。

これは良いー！！今年の夏に早速食べよう！

そばかすが消えるかもしれん！

(南国 吉川)

跡取りできた～～～!!

2013年も2月を迎えました。

私事ですが、昨年夏に一人息子が結婚して就農し、後継者となったのでレンタルハウス事業を活用し、ハウスを増やしました。

1月は孫も誕生しましたが、身内に怪我人と病人が出ました。年の初めからいろいろな出来事があり、今年一年どんな年になるやら…。家族も増えたので皆で協力して毎日楽しく生活できたらいいと思います。

(香美市 奈名子)



お も い や り

昨年のもれ、叔母の一周忌の法要がありました。その時のお坊さんのお話が深く心に残りましたのでお話しします。

読経が始まっているのに、後ろの方でお手伝いに来られたおばさま達が小声で話をされていました。私も耳障りでしたが、他の皆さんやお坊さんにも聞こえていたと思います。読経が終わっても何か不愉快な気持ちが残っていました。するとお坊さんが振り返り、座り直されお話が始まりました。

「法要をするのは多くても十回ほどで、時間も1時間ほどです。その間は亡くなれた方を思い忍んで過ごしてあげていただきたい…。この地域の方は昔から協力し合い、助け合って生活されています。ほほえましいことです。人のことを思いやりという気持ちを持たれているということです。(中略) 自分が行っていることで相手の方は良いと思われていないこともあります。相手の立場に立つ思いやりの心を持ってこれからも日々の生活を送っていただきたい。」

このお話を聞き、私の心も何となく穏やかな気持ちになりました。分かっているけど自己中心になりがちです。本当に大切なのは思いやりの気持ち、心…だと今一度深く思いました。

(香南市 入野佐代)

かんたん おすまむレシピ

(某スーパー試食コーナー仕込み)

材料

A	だし汁	1/2 カップ
	酒	大さじ1
	みりん	大さじ2
	しょうゆ	大さじ1と1/2
	生姜みじん切り	1かけ
	豚肉	120g
	梅干	3~4個
青草	3枚	

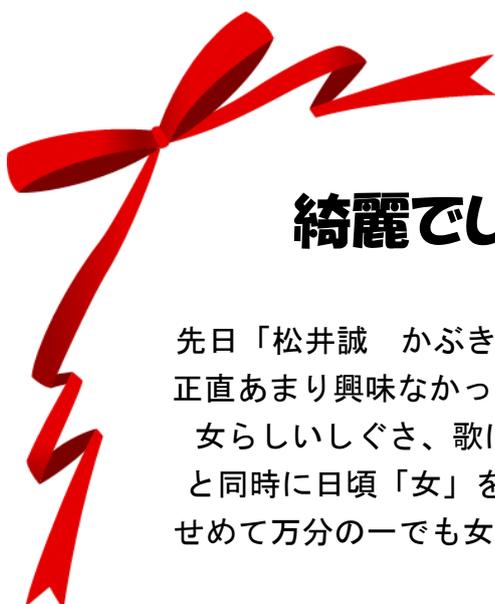
作り方

- ① A の材料を鍋に入れ沸かす
- ② 沸いたら、食べやすく切った豚肉・梅干を入れ
仕上げに青草を入れる

☆白菜などの野菜や、豆腐・うどん等を入れると一層美味しい

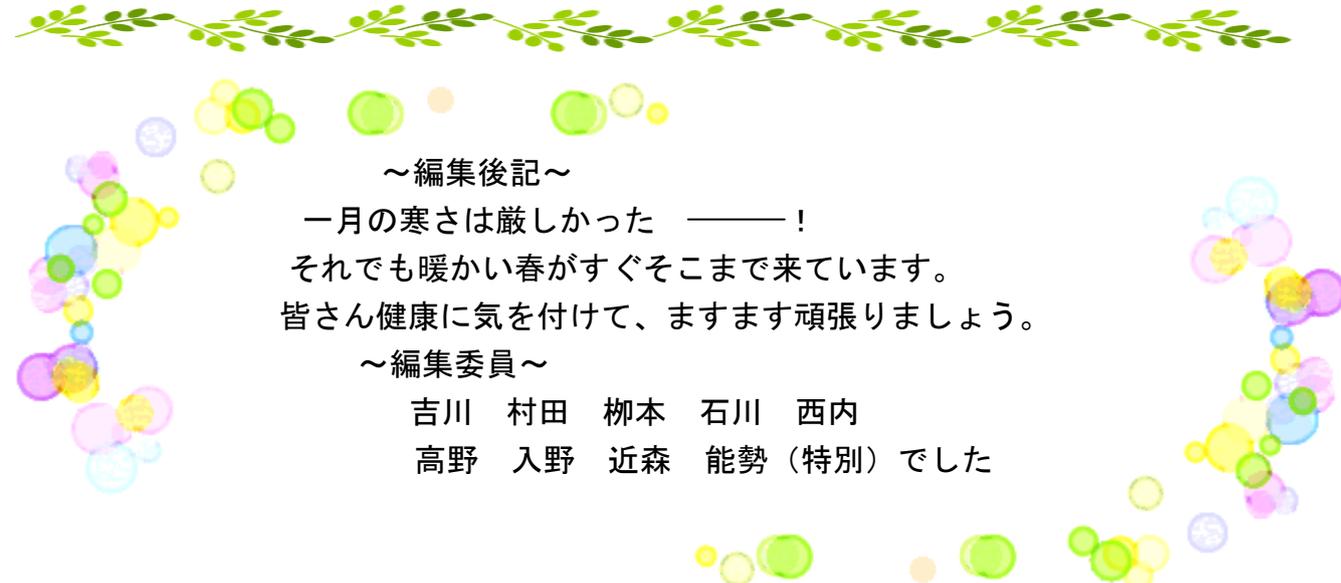
(香南市 ルン婆)





綺麗でした～！！

先日「松井誠 かぶき座公演」を観てきました。
正直あまり興味なかったのですが、いざ始まってみると美しく艶やかな姿、
女らしいしぐさ、歌に踊りにお芝居とすっかり魅了されてしまいました。
と同時に日頃「女」を捨てている自分にドキッ！
せめて万分の一でも女らしくしなくては... と反省したのでした。
(香美市 寿子)



～編集後記～

一月の寒さは厳しかった ——！
それでも暖かい春がすぐそこまで来ています。
皆さん健康に気を付けて、ますます頑張りましょう。

～編集委員～

吉川 村田 柳本 石川 西内
高野 入野 近森 能勢（特別）でした