



学んでみませんか 小筆教室

講師 山本 幸子さん
教室 河野地区公民館



第1・第3火曜日 19:30～21:00

「読みやすい字」を基本として、楷書・行書・草書を主体に勉強しています。字の形・品性の豊かさ・線の強さを大切にして、中国の古典に基づきながら練習します。習い始めは実用文から。これは日常生活で使われる文字で、例えば「御祝」「御香料」「御中元」「御歳暮」など、または住所・地名なども含めて書いていきます。進んでいくと、仮名や漢字仮名まじりに入っていきますが、この時期になると、年賀状の練習を始める方もいらっしやいます。毎年2回、展覧会に出展します。一つは越前市・ギャラリー・叔羅で開催される「朱夏展」で、もう一つは河野地区文化祭。出展作品はどれも素晴らしいものでした。

今後、生徒さんが増え、今まで以上に和気あいあいと勉強できたらと思っています。土地柄と人柄の良さに惹かれて講師を続けさせていただいています。一度、教室に足を運んでみてください。



公民館から こんにちは⑧

食改

みつばちゃん 知恵袋

みずべこ(げんげ)の汁物と山菜おこわをご紹介します!



日増しに寒くなりますね。あったかご飯に汁物を合わせ、心もからだもほっこりしましょう。

《みずべこ(げんげ)の汁物》

■作り方

- ①みずべこは、頭と内臓、尻尾を取って3つに切り、水洗いする。
- ②しめじ、えのきは石づきを取り、ほぐしておく。
- ③水を沸騰させ、①と②と酒を入れる。魚に火が通ったら、ぶつ切りのねぎと8等分に切った豆腐を入れ、ひと煮たちさせ、しょうゆで味を調える。
- ④お椀に盛り、乾燥岩のりを入れ、好みで一味唐辛子をかける。

【材料(6人分)】

- みずべこ 6尾
- 水 5カップ
- しょうゆ 大さじ4
- 酒 大さじ2・絹豆腐 1丁
- ねぎ 30g・しめじ 100g
- えのき 100g
- 乾燥岩のり 4g
- 一味唐辛子 少々

《炊き込み山菜おこわ》

■作り方

- ①もち米、うるち米と一緒にボールに入れて洗い、ザルに上げて30分おく。
- ②水煮の山菜を袋から出し水で洗い、ザルに入れ水をしっかりときる。
- ③人参は皮をむき小さめの乱切りにする。椎茸の大きいのは2つに切り千切り。小さいのはそのまま千切りにする。
- ④調味料を合わせる。
- ⑤30分おいた米を炊飯器に入れ、合わせ調味料、水を入れる。次に②・③を入れ、ざっくり混ぜてから炊く。

【材料(7人分)】

- もち米 300g (2合)
- うるち米 150g (1合)
- 山菜水煮 1袋 (150g入り)
- 椎茸 30g・水 350cc
- 合わせ調味料：
 - うす口しょうゆ 大さじ2
 - 濃い口しょうゆ 大さじ2
 - 酒 大さじ1・みりん 大さじ1

福井県伝承料理再発見
「ほっこりするねふるさとの味」
より