



自然災害との共生と豊穡の大地の物語

栗駒山麓ジオパーク だより⁹⁶

問 ジオパーク推進室

☎(24)8836

ファクス(45)5936

ジオパーク



市ウェブサイト

ジオパーク



Facebook

ジオパーク



LINE

栗原産米でお好み焼き

第4回募集で新たに認定した「栗駒山麓のめぐみレシピ部門」から「栗原^{この}お好み焼き」を紹介します。

●栗原産米をアレンジ

瀬峰地区を流れる小山田川や瀬峰川は、長年にわたって氾濫を繰り返したことで、川の周囲に稲作に適した土砂が堆積し、豊かな土壌を形成してきました。瀬峰地区の田んぼには、氾濫で流れ込んだ山砂が多く含まれているため、水はけが良く、テレビ番組でも紹介されるほど、おいしいお米の生産地です。瀬峰地区の寿司店「寿司幸」を営む操幸博さんは、コロナ禍の外出自粛期間中、店で炊いた栗原産米を無駄にしないよう、レシピを考案しました。名前は「おこめ」と「おこのみ」を掛けて付けられました。

【材料(2枚分)】

薄力粉	100g
水	100cc
和風顆粒だし	大さじ1
すりおろし山芋	50g
栗原産ズッキーニ	1/4本
キャベツ	1/8個
地鶏卵	1個
酢飯か白米	茶碗1杯分
揚げ玉	大さじ1
漢方三元豚バラ肉	6枚

【トッピング】

栗原産パプリカ	1/2個
お好み焼きソース	適量
マヨネーズ	適量
削り節	適量

【作り方】

- ① ボウルに薄力粉、水、和風顆粒だし、すりおろし山芋を入れ、ざっくり混ぜる。ズッキーニは、2センチメートルの拍子木切り、キャベツを粗みじん切りにしてボウルに入れる。
- ② ①に地鶏卵、酢飯か白米、揚げ玉を加えて軽く混ぜる。
- ③ フライパンにサラダ油を引き、②の半分を入れて丸く形を整える。その上に豚バラ肉を3枚並べ、生地に軽く焦げ目が付くまで弱火で3分～4分焼く。生地に焦げ目が付いたら返し、蓋をして弱火で3分～4分蒸し焼きにする。
- ④ パプリカを粗みじん切りにし、皿に移し、ラップを掛けてレンジ700ワットで10秒程加熱する。
- ⑤ ③に火が通ったら、返して弱火で約1分、表面がカリッとするまで焼きあげ皿に取り出す。
- ⑥ ⑤にソース、マヨネーズ、削り節、④をトッピングする。



▲栗原お好み焼き

企画展「砂を科学しよう～身近なものから地球を探る～」開催中

私たちの身近な場所には、たくさんの砂があります。そもそも砂とは何か、どのようにしてできたのか、砂を調べるとどんなことが分かるのか、詳しく紹介します。期間中は、体験イベントも開催します。ぜひお越しください。

企画展「砂を科学しよう～身近なものから地球を探る～」

●日 時 11月25日(月)まで 午前9時～午後5時

※毎週火曜日は休館(火曜日が祝日の場合は、翌平日が休館)

●場 所 栗駒山麓ジオパークビジターセンター

●入場料 無料

実験体験イベント

●日 時 10月13日(日) 午前10時～正午

●定 員 15人

●参 加 料 1人500円

●申し込み 10月9日(水)まで、問い合わせ先に電話で申し込みください。



いっしょにやっぺし! Group 80

せみねダンススポーツクラブ

私たちは、50歳代から70歳代までの男女30人で活動しています。ダンススポーツは、社交ダンスとも呼ばれ、男女がペアを組み、音楽に合わせて体を動かす競技です。練習は、毎週火曜日と金曜日の午後7時30分から9時まで、瀬峰公民館で行っています。また、月に1回、ダンススポーツのプロによる指導も受け、大会で優勝するため練習を重ねています。その結果、今年の2月に開催された第28回宮城県ダンススポーツフェスティバルでは、団体戦2種目で優勝を果たすことができました。

ダンススポーツは、背筋を伸ばし、軽やかな足取りで踊るため、姿勢改善や体力維持の効果があります。ダンス経験がない人も大歓迎です。私たちが丁寧に教えますので、一緒に始めてみませんか。

問 せみねダンススポーツクラブ 遠藤

☎070(1147)3945

※市内で活動する団体の
情報をお寄せください

みんなで としょかん

市立図書館 ☎(21)1403

【開館時間】

●火～金曜日:午前10時～午後6時

●土・日曜日:午前9時～午後5時

【休館日】

●毎週月曜日、祝日(月曜日が祝日の場合、その翌日も休館)

図書館



市ウェブサイト

図書館



Facebook

お知らせ

●第20回図書館まつり

「雑誌のリサイクルフェア」の他、楽しいイベントで皆さんの来館をお待ちしています。

読書の秋は、ぜひ図書館へお越しください。

日時 10月19日(土)
午前9時～午後5時

場所 市立図書館

内容 雑誌のリサイクルフェア、ボンネットバスの運行、人形劇など

※詳しくは、市立図書館、各総合支所のポスターやチラシ、市ウェブサイトを確認してください。

情報交換プラザ展示

「第8回葵心書道教室 童謡の書展覧会」

期 間 10月30日(水)まで

※個人・グループ活動の発表をしてみませんか。無料で利用できます。

今月の おすすめ本

その朝は、あっさりと

谷川 直子 著 朝日新聞出版

96歳の父を看取るまでの20日間、家族と介護士、看護師はどうかかわるか。誰もが迎える最期には何が必要?一茶の句が持つ庶民のリズムと見捨てない温かさに包まれた、老衰介護看取り小説。



シカしかいない

キューライス 作 白泉社

公園、銭湯、レストラン…。どこをみてもシカしかいない!でも本当に、シカしかいない?探し絵のようにすみずみまで見入ってしまう、ちょっとシュールで不思議な魅力の絵本。



※ブックる号、おはなし会の日程は、市内の情報カレンダーをご覧ください。