

11/13

# まつり山陽

## 古式行事参加者募集

古式行事保存会では、11月13日(日)に開催される「まつり山陽」での大行司・小行司・乙姫行列・網持ちの参加者を募集します。



### ■募集内容

- 大行司 殿様 1人 (一般)
- 奴 やっこ 15人 (高校生以上)
- 小行司 奴 20人 (小学4年~中学2年)
- 乙姫行列 腰元 6人 (小学4年~中学2年)
- 上臈 じょうろう 2人 (小学4年~中学2年)
- 網持ち 10人 (中学生以上)

■申込期限 9月30日(金)

■参加料 殿様は参加料が必要ですのでお問い合わせください。

### ■問い合わせ・申込先

山陽商工会議所 (☎ 73-2525)  
古式行事保存会事務局 (教育委員会山陽分局)  
(☎ 71-1612)

11/3

# 小野田まつり

## シャギリパレード参加者募集

小野田まつり実行委員会では、11月3日(祝)に開催される「小野田まつり」のシャギリパレードの参加者を募集します。



### ■募集内容

音楽隊、おみこし、ダンス、手踊りなどの団体 (人数制限はありません)

### ■パレードコース

県道小野田港線 (公園通り~栄町交差点)

■申込期限 9月15日(木)

■参加料 無料

### ■その他

参加団体には、若干の補助があります。

### ■問い合わせ・申込先

小野田まつり実行委員会事務局 (商工労働課内)  
(☎ 82-1151)

## 今月のおすすめ料理

【1人分栄養価】エネルギー 94kcal / たんぱく質 6.2g / 脂質 1.3g / 塩分 1.0g

### 「冷やし焼きなすのとろろがけ」

~いつもの焼きなすに一工夫~



### 材料 (4人分)

- なす 中6本
- 長芋 150g
- ゆで枝豆(さや付き) 100g
- かに風味かまぼこ (かにかま) 2本
- 「だし汁 カップ1
- ★薄口しょうゆ 大さじ2
- 「しょうがの絞り汁 小さじ2

### 作り方

- ①なすは焼き網かグリルで全体が黒くこげるまで焼き、皮をむいてへたを切り落とし、三等分に切る。
- ②バットに★を合わせ、①のなすを入れ冷蔵庫で冷やす。
- ③かにかまは3cm長さに切り手で細かくさく。枝豆はさやから出す。長芋はすりおろす。
- ④器に漬け汁ごとなすを盛り、上から長芋をかけ、かにかまと枝豆を散らす。

■保健センター監修 ■山陽小野田市食生活改善推進協議会 (須恵校区担当)



山陽小野田シティ・インフォメーション  
FM きらら 毎週水曜 13:00 / 土曜 8:50 80.4MHz

ヤングテレホンさんようおのだ ☎ 84-2000  
✉ youngtel@city.sanyo-onoda.lg.jp

