

市民文化講演会

演題 「天地人を語る
～直江兼続の義と愛～」

NHK 大河ドラマ
『天地人』の
原作者来たる!

＊ とき 11月29日 ㊦
開場 13:00 開演 13:30

＊ ところ 市民館

＊ 講師 火坂 雅志 (小説家)

＊ 聴講料 1,000 円 (全席自由)

※聴講券販売所については、お問い合わせいただくか、
広報さんようおのだ 9 月 15 日号をご覧ください。

▶講師プロフィール

1956 年、新潟市生まれ。早稲田大学商学部卒業。「別冊歴史読本」副編集長を務めた後、1988 年、『花月秘拳行』で作家デビュー。新史料をもとに描く旺盛な作家活動に定評があり、歴史小説界に新風を巻き起こし、数々の歴史小説を発表。「新潟日報」朝刊ほか全国 13 紙に、上杉謙信の義の心を受け継いだ直江兼続の生涯を描く『天地人』を連載。2009 年放送 NHK 大河ドラマ『天地人』の原作になる。歴史小説界の旗手として注目されている。



■問い合わせ先 文化協会(社会教育課内 ☎ 82-1204)

古式行事参加者募集

■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
(社会教育課内 ☎ 82-1204)



古式行事保存会では、11 月 8 日㊦に開催される「平成 21 年度厚狭秋まつり」での大行司・小行司・乙姫行列・綱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 <small>やつこ</small>	15 人 (高校生以上)
小行司	小殿	1 人 (中学 2 年以下)
	姫様	1 人 (中学 2 年以下)
	奴 <small>やつこ</small>	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 <small>じょうろう</small>	2 人 (小学 4 年～中学 2 年)
綱持ち		10 人 (中学生以上)

＊ 応募期限 10 月 14 日水

※殿様、小殿、姫様は参加料が必要です。参加料、応募方法等、詳しくはお問い合わせください。

今月のおすすめ料理

【1 人分栄養価】エネルギー 117kcal / たんぱく質 14.8g / 脂質 2.2g / 塩分 1.8g

「ねぎとまぐろの酢みそ和え」

～山陽小野田市産の白ねぎを使って～



材料 (4 人分)

白ねぎ	1/2 本 (80g)
まぐろ (刺身用)	200g
ズッキーニ	1 本 (200g)
白すりごま	大さじ 1
砂糖	小さじ 2
酢	大さじ 1
A みそ	大さじ 2 と 3/4
みりん	小さじ 2
辛子 (お好みで)	

作り方

- ①白ねぎはさつと茹でて冷水にとって冷まし、水気を絞って 2 cm くらいに切る。ズッキーニは厚さ 1 cm の輪切りにし、塩少々を加えた熱湯で 1 分ほど茹でる。冷水にとって冷まし、水気をきって軽く絞る。まぐろは 1.5 cm 角に切り、ペーパーで水気をきる。
- ②A を耐熱ボールに入れてよく混ぜ合わせ、ラップをかけずにレンジで 40 秒ほど加熱して、酢みそをつくる。
- ③ボールに①を入れ、②の酢みそを入れて軽く混ぜ、器に盛って、白すりごまを散らす。

■保健センター監修

■山陽小野田市食生活改善推進協議会
(厚陽校区担当)



ヤングテレホンさんようおのだ

✉ youngtel@city.sanyo-onoda.lg.jp

☎ 84-2000

●受付日時 毎週月～(金) 8時30分～17時(土・日・祝日は留守番電話で対応します)

ひとりで悩まずに、気軽に相談してください

(いじめ、不登校、友人関係、家族関係、性の悩み、異性問題、子育て等)