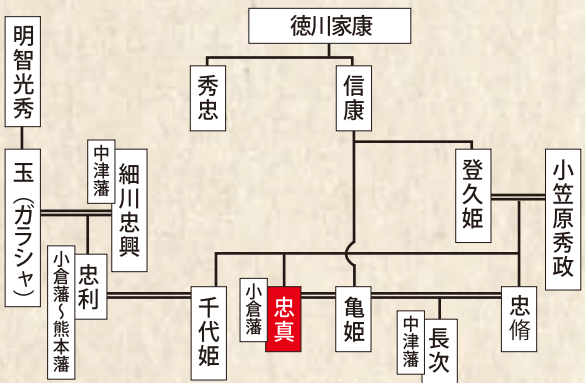




小笠原忠真公の追悼碑

この後忠真は父兄の功により... 小笠原家茶道古流を興した。そして千利休の高弟のひとり細川忠興が開き、



上毛風土記 Vol.78 おがさわら ただざね 小笠原忠真 西友枝の松尾山山腹に小倉藩初代藩主小笠原忠真公の追悼碑があります。



イラスト 絵本製作委員会

石の藩主となります。この時宮本武蔵の養子の伊織が仕官したため、武蔵とは深い縁で繋がります。

多くの茶人に好まれた上野焼(田川)の育成にも尽力したともいわれています。松尾山は小倉藩の祈願所であり、忠真が厚く保護したことから寛文7年の逝去を悼み石碑が建立されたといわれています。

まちの農業をリードする担い手農業者④ vol.16

おいしいイチゴつくってます!!

認定農業者 松本 達己さん(65歳)・大祐さん(31歳) (垂水) (平成22年1月18日 初回認定)

松本達己さんと大祐さんは、親子でイチゴ専門の園芸農家として認定を受けており、現在、20aのビニルハウスでイチゴ(あまおう)を栽培しています。

父親の達己さんが経営主で、地産地消や減農薬栽培といった安全安心な農業経営を行っていますが、近い将来、息子の祐さんが今の経営を引き継ぎ、販路の拡大やイチゴをつかった特産品づくりなどを視野に入れた更なる経営展開を目指しているそうです。

以前「いつも買っている松本さんのイチゴが道の駅で売り切れていて、どうしても買って帰りたい。」と自宅まで買いに来てくれたお客さんがいたそうです。「農業はきついこともたくさんあるけど、つくったイチゴがおいしいと言ってもらえるとうれしい。これからも、安全安心なおいしいイチゴをつくっていきます」



さわやか市「大平」 ☎72-3945



主菜にもデザートにもなる健康野菜

出口義昭さん・糸み子さん(下唐原)

かぼちゃ

ホクホクした食感が特徴の「恵比寿かぼちゃ」です。カロテンなどのビタミン類が豊富なため、健康志向にマッチした緑黄色野菜として人気があります。

道の駅「しんよしとみ」 ☎84-7077



ビタミン豊富で夏バテ予防に!

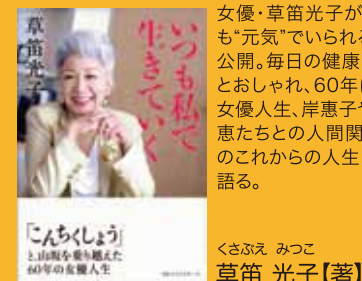
西勝昭さん・久美子さん(成恒)

空心菜

茎に穴が空いた珍しい野菜です。栄養たっぷり、ほうれんそうと比較するとカルシウムが4倍、ビタミンAは5倍、鉄分やビタミンB、Cは2倍も含まれており、夏バテ予防や疲労回復に効果があると言われています。

図書館だより

図書館内でお話を始めました。詳しくは図書館までお問い合わせください。げんきの杜図書館 TEL 72-1633

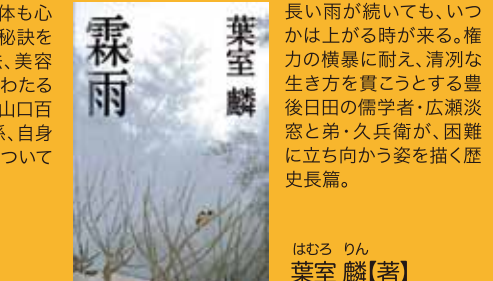


いつも私で生きていく KKベストセラーズ(7/1入荷)

- 決定版 山野草の楽しみ方 ひさしひろのふ 博信[著] 講談社 (7/1入荷)
女50代、人生本番 おきふじのりこ 典子[著] 佼成出版社 (7/1入荷)
読めない遺言書 みやまのりょう 亮[著] 双葉社 (7/1入荷)
名作アニメ・マンガ 明日を変える魔法の言葉 ハイ インターナショナル (7/1入荷)

図書館開館日時変更のお知らせ

※祝日も開館しております。 休館日/月曜日(毎週)・月末(変更あり) 火曜日~土曜日 10:00~18:00 日曜、祝日 9:00~17:00



霖雨(りんう) PHP研究所(7/1入荷)

環境ポスター入選作品



南吉富小5年 若井 千都 築上東中2年 坂口 ひかり

環境標語入選作品

- 守りたい ぼくらの町の 川の水 築上東中1年 深田 歩夢
リサイクル 資源を守る 第一歩 築上東中2年 久留島 洋次

8月の上毛ふるさとの味を紹介!

「夏野菜カレー」で夏バテをふきとばそう!

しょうがやにんにく、ビタミン・ミネラルが豊富な夏野菜をたっぷり使ったカレーで夏バテをふきとばしましょう!!



- ①鶏肉はカレー粉をかけてしばらくおいたあと、油で炒め、塩、砂糖、こしょう、トマトピューレ、コンソメを入れて約30分間煮て、アクを取る。
②鍋にバター、油を入れてニンニクを炒め、次にしょうが、玉ねぎ、人参をみじん切りにして入れる。
③小麦粉、カレー粉を入れて香りが出るまで炒めてルーを作る。
④③のルーを①の煮汁で溶かして煮込み、出来上がり直前にチャツネ、ハチミツを加える。
⑤夏野菜を薄切りにして油で揚げる。(油で揚げにくい時は、小麦粉の衣をつけるとよい)
⑥皿にご飯を盛り⑤をのせて③のソースをかけて仕上げる。
⑦漬物を添える。

夏野菜カレー 材料 8~10人分

- 鶏肉 300g ●はちみつ 10g ●たまねぎ 400g
●カレー粉① 10g ●塩 10~12g ●人参 150g
●ローリエ 1枚 ●砂糖 5g ●じゃがいも 300g
●サラダ油 15cc ●こしょう 少々 ●ニンニク(みじん切り) 30g
●バターまたはマーガリン 30g ●トマトピューレ 70g ●しょうが(みじん切り) 25g
●小麦粉または米粉 45g ●パイン(缶詰) 100g ●かぼちゃ 200g
●カレー粉③ 20g ●揚げ油 適量 ●いんげん 20本
●コンソメ 2個 ●天ぷら粉(小麦粉) 適量 ●キクラゲ 10枚
(2個を水1500ccに溶かす)
●マンゴーチャツネ 10g

●問い合わせ先 教務課 学務係 TEL 72-3111(内線175)

※学校・学年の表記は、3月時点のものです。