

短歌・俳句の世界

「短歌の会」と「御代田風の道俳句会」、「五月会」から寄せられた代表作品です。

短歌

東北の出張多き亡夫なりき
たまさかに鳴る南部風鈴
さわさわと櫛青葉を風渡る
ざわと揺らめく青春の影
漸くにコロナ落ち着く日常の
会話花咲く日帰り温泉

大池 講子
桑原アヤ子
藤井 敬江

俳句

当期雑誌二字

【御代田風の道俳句会】

雨蛙葉裏に息を凝らしける
水馬あめんぼの音なく跳ねて雲に乗り
紫陽花や彩りそめし色淡し
悲しみの誰にもありて夏安居げあんごす
温暖化生きながらふる雨蛙

大高 霧海
土屋 園子
波辺美智子
金澤久美子
井田 美乃

俳句道場【五月会】

青葡萄減多に聞けぬ胸の内
風死すや寝嵩ねかさの薄き夫に水
桐の花はなの箏はな笥はなは和服詰め
梅雨晴間がれの駒草空近し
大落暉まで向日葵の向き揃ふ

湯本みつる
武谷美智子
堀篁 幸子
山口こさち
内堀 隆久

おからのパウンドケーキ

町の保育園では、おやつを手作りしています。
今月は「おからのパウンドケーキ」のレシピを紹介します。
おからは、豆腐を作る際に大豆から豆乳を絞った後の残りの部分です。ほかの大豆製品と同じくたんぱく質や食物繊維を豊富に含んでいます。低カロリーでたんぱく質が豊富な豆腐・大豆製品は子どものおやつにどんどん取り入れたい素材です。また、生おからを加えることでしっとり軽い焼き上がりになります。

作り方

- ① 薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておく。
- ② ボウルにバターを入れてやわらかくし、砂糖を加えて泡立て器でよく混ぜ合わせる。
- ③ 卵を溶きほぐして②に少しずつ加え、よく混ぜ合わせる。
- ④ ③におからを加えて混ぜ、さらに①の粉を加えてさっくり混ぜる。
- ⑤ 薄くバター（分量外）を塗ったパウンド型に④を入れ、160℃のオーブンで約40分焼く。竹串を刺して何もついてこなければ、焼き上がり。時間をおくとしっとりします。

★ 焼き時間と温度は、ご家庭のオーブンに合わせて調節してください。

問い合わせ先 雪窓保育園 (32) 4166

保育園 おやつ レシピ Vol.1



材料 (パウンド型1本分)

薄力粉 120g
卵 1個分
バター 64g
砂糖 40g
ベーキングパウダー 4g
生おから 80g

(広告欄)

この信州ずくだせ落語会は、収益金の全額をチャリティーとして寄付いたします。お忙しい時期とは思いますが、今年もご協力をお願い致します。

チャリティー落語会 事務局長 大井康史

【追伸】
過去9回の開催で累計で215万8590円寄付させていただきました。

お問い合わせはこちらまで

チャリティー落語会事務局 大井建設工業(株)

TEL.0120-33-4152

vip@ooi-kensetsu.co.jp 新津まで



三遊亭兼好



入船亭扇遊



桃月庵白酒

※種別に応じて、まんが、お笑い落語の場でも開催します。

料金	会場	日時
大人指定席 12,000円	佐久平交流センター	9月17日(日)
大人自由席 2,000円		●開場/午後2時30分 ●開演/午後3時
小中高生 1,000円		
(全席指定)		

第十回 チャリティー 落語会開催

御代田町の
情報を
発信しています。

西軽井沢
ケーブルテレビ



FM軽井沢
(77.5Mhz)



町公式
twitter



町公式
instagram



この広報紙は
再生紙を
使用しています。



見やすいユニバーサル
デザインフォントを
採用しています。