

広報

# ひとり

2012 年

11  
No.620

第 42 回剣道スポーツ少年団 日高大会 (町民体育館 11/4)



※平取中学校 3 年 互野友裕さんの書いた「雲外蒼天」の文字が入った日本手ぬぐいが参加者に配されました。

今月号は…

- 平取町功労者・永年勤続者表彰式
- 各地区で文化祭が開催されました
- まちづくり課からのお知らせ
- まちの広場
- 教育委員会からのお知らせ
- すこやかだより
- 図書館へいこう ··· ほか



# 各地区で文化祭が開催されました

今年の文化祭も各地域で賑やかに開催されました。個人や、サークルなどの団体による文化的な作品のほか、本町地区ではお茶席、ピアノ発表会、芸能発表会。振内地区ではパソコン体験、芸能発表会。貫気別地区ではうまいもの市・物産展が催され、それぞれ特色のある会場になりました。

## 本町地区



## 貫気別地区



## 振内地区



11月3日、振内文化協会では設立40周年を記念して祝賀会が開かれました。

文化協会のこれまでの功労・感謝を祝い、祝宴では40年間の歩みを上映しました。

昔懐かしい街並みや、旧劇場での芸能発表会の映像に喚声があがり、当時を懐かしみながら、和やかな会となりました。

今後も、ますますのご発展をご祈念いたします。

## 冬期限定の一時住宅を提供します

冬期、自宅居住が困難な高齢者又は障がい者世帯向けに

面積が広い平取町では、冬期になると病院への通院が困難になつたり、住宅が老朽化しているため、日常生活が困難になつたりするなどの理由で、身内の方の自宅に一時居住するなどをしながら冬期の生活をされている方がいます。

しかし、ひとり暮らしで身を寄せる親族がいなく、命の危険も考えられるような厳しい冬の生活を余儀なくされる方がいるなど、新しい課題も表面化してきました。

**役場庁舎横にある町職員住宅を提供**

役場庁舎横にある町職員住宅は、昭和38年に建築された大変古いものであり、老朽化も著しく、居住するには危険であつたため、使用を中止していました。

町では、この住宅を再整備し、夏季の4月～11月までは平取町へ移住を考えている人への「お試し移住用住宅」として提供し、冬期の12月～3月は、自家での生活が困難な高齢者や、障がい者世帯の一時居住用として活用するため、昨年度に内部を改修し、4月より供用を開始しました。また、この住宅は、家電製品や生

活用品、家具も設置され、すぐに生활ができるように整備されています。

面積が広い平取町では、冬期になると病院への通院が困難になつたり、住宅が老朽化しているため、日常生活が困難になつたりするなどの理由で、身内の方の自宅に一時居住するなどをしながら冬期の生活をされている方がいます。

しかし、ひとり暮らしで身を寄せる親族がいなく、命の危険も考えられるような厳しい冬の生活を余儀なくされる方がいるなど、新しい課題も表面化してきました。

**★利用対象世帯と家賃**

利用ができる世帯は、12月から3月までの期間に、「雪害等により居住または通院が困難と認められる高齢者または障がい者世帯」であり、家賃は1ヶ月1万2千円（光熱水費別）としています。条件に該当し、希望される場合は、11月末までにまちづくり課企画係へお申し込みください。



家電・生活用品も設置（光熱水費は実費）

## 光インターネットの加入が好調

平取町を情報網の整備が進んだ先進の町へ

町では昨年、国の補助金を活用しながら、町内ほぼ全域に情報通信の最高である光ファイバーを整備しました。

この光ファイバー網は、インターネット専用として通信事業者（NTT東日本）へ貸し出しされ、超高速インターネットサービスの提供が、平成23年4月より開始されました。

**☆光インターネット活用**

光ファイバーによる超高速通信は、多くの人が同時に通信するのに適しているため、町内でもIT講習会が開催されたり、高機能型携帯電話（スマートフォン）の普及も進んでいます。これから、より生活に浸透していると言えます。

また、外出中におけるインターネット利用（モバイル）の需要も高まっており、特に人が多く集まる公共施設では、無料でインターネットが利用できる『フリースポット』が、「ふれあいセンターひらとり」と、二風谷の「アイヌ文化情報センター」に整備されています。

**☆超高速（光）**

道内のいくつかの市町村でも同じ時期に光ファイバーが整備され、超高速インターネットサービスが提供されています。

平取町では加入者が順調に増え、10月には700件を超える町内4件に1件は加入しているという良好な運用になっています。

しかし、中には希望されていてもサービス提供エリアとならない世帯もあり、今後はこのような世帯にも提供できるよう通信事業者と協議を進めいくこととしています。

### ☆光の加入の申し込みは

光インターネットの加入申し込みは、NTT東日本（左記）または、家電量販店などの取次代理店へお申しこみください。

## まちづくり課

地球温暖化ガス（CO<sub>2</sub>）削減による環境保護

# ペレットストーブの導入経費を助成

私たちの生活に欠かせない石油やガスは、いつか無くなる限られた資源であることは知られています。こうした化石燃料の消費を減らし、新しいエネルギーに代替していくことが重要視されていますが、その一つとして木材を原料とした木質ペレットを燃料とする「ペレットストーブ」が注目されています。

### ☆燃焼が環境に優しい？

石油も木質ペレットも燃焼することで温暖化ガス（CO<sub>2</sub>）を排出しますが、木質ペレットの原料である木材は、CO<sub>2</sub>を吸収しながら出来たものであるため、吸収と排出がバランスマイナスゼロ（カーボンニュートラル）となり、環境に優しいとされています。

（上図）ボンニユートラル



役場ロビーのペレットストーブ

### ☆導入経費の助成制度

環境に優しく、デザイン性に富んだものがあるなどの利点があるペレットストーブですが、本体の価格が30万～40万と高く、普及の妨げになつて現状です。そこで町では、導入にかかる経費の一部を助成することで普及促進を図っています。補助の内容には条件もありますが、導入を検討される場合は、まちづくり課までお問い合わせください。

### ☆身近にある太陽光発電

太陽光発電は、実は古くからあります。私たちの身近なところでは電卓なども光による発電の仕組みで動いています。

ですが、家庭用電力として使うには、光で発電する板（パネル）が家庭の電気を補うまでの発電量ではなかつたため、導入が現実的ではありませんでした。

しかし、近年の技術向上により発電量が増加しながら価格も下がり、家庭においても導入費用が現実的な水準まで下がってきました。また、太陽光で発電した電気は、電力会社が買い取る（売電）ため、電

節電が叫ばれる今、一番注目されている新エネルギー

# 住宅用太陽光発電システムの導入助成

私たちが普段使っている電気は、自然の力を利用したり、化石燃料を作り出されて家庭まで届けられています。

しかし、昨今は化石燃料の高騰や、原子力発電所の稼働停止などを起因として電気に不安が生じています。

そこで、新たな電気を作る材料として、太陽の光を電気に変える太陽光発電システムが注目されています。

### ☆平取町の導入助成制度

町では、太陽光発電システムの普及促進を図るために、昨年より導入経費の助成を行っています。ご家庭において導入を検討されている場合は、まちづくり課までお問い合わせください。

### ☆補助制度の概要

○システムの発電出力1kW当たり7万円（但し20万円を限度）

○出力合計10kW未満のもの。

○電力会社と受給契約するもの。

○未使用品（新品）に限る。

※太陽光発電を勧誘する業者の電話にご注意ください。



日照が多い平取町は条件が良い



## 輸送繁忙期の交通安全を啓発 振内テント作戦 振内自治会（10/13）

秋の輸送繁忙期を迎えるにあたり、交通安全への思いを込めて、今年も振内自治会がテント作戦を実施しました。

当日は国道237号線沿いを走るドライバーに、振内地区の交通安全指導員6名、振内婦人防火クラブ7名、警察署の方々で交通ルールの遵守、マナーの実践を呼びかけながら、啓発品を手渡しました。

## 明治時代の道のりを今、歩く イザベラ・バードの道を歩く会（10/13）

イザベラ・バードの道を辿る会では、日高町富川の門別図書館郷土資料館周辺から、平取町義経神社までの約15kmの道のりを「イザベラ・バードが辿った沙流川流域」として、歩く会を開催しました。

秋晴れのこの日、札幌市など町外の参加者35名は、フットパスをしながら、日高町から紫雲古津川向大橋と、義経神社に建てられた解説板を経由し、明治時代に訪れたイザベラ・バードへの想いを馳せながら、その足跡を辿りました。



### ＊フットパスコースの案内標識（サイン）とガイドマップを作成しました＊



限定100部のガイドマップ

辿る会では、このフットパスコースに28基の案内標識を設置しました。

また、誰にでも手軽にフットパスが楽しめるよう、航空写真を使ったガイドマップも作成しています。

マップには、イザベラ・バードの解説、ルートの解説をしており、町内では「役場」「図書館」に限定100部づつ設置していますので、詳しく知りたい！歩いてみたい！という方は、お早めに取得ください。



## 農作業を通じ、運命の出会いを！ 平取町農村体験イベント（10/13）

平取町農村体験イベント実行委員会が主催になり、この日、札幌市を中心とした未婚女性 12 名が、運命の出会いを求めてイベントに参加しました。

町からも、農業青年が歓迎し、1泊 2日の交流会が行われました。

野菜の収穫、釣り、バター作りを体験し、男性が女性をエスコートしての楽しいイベントに、自然と参加者同士の交流が深まったようです。

将来のパートナーに発展するといいですね。

## 暖かい声援、拍手。心に残るひととき

### 平取養護学校学習発表会・高等部祭（10/21）

養護学校では、生徒と教師、関係者みんなが心をこめて、制作・練習を重ねてきた、学習発表会・高等部祭が行われました。

小学部では、児童がゆかいな動物たちに姿を変え、鉄棒やよさこい。中等部では、感動的な舞台とカーヴィーダンス、器楽などが披露されました。

高等部祭は、「て～つなごう・つながろう」をテーマに歌、模擬店、製品販売と、一人一人が精一杯に頑張る姿に、保護者をはじめ来場者の心が魅了されました。



## 秋の森林に季節の移ろいを感じて 2012 にぶたに湖周辺自然観察会（10/27）

にぶたに湖周辺の自然を散策する観察会に、町内外の親子連れなど約 60 人が参加しました。

観察会では紅葉の進んだイオルの森に入り、約 500 本のオヒヨウニレを植樹しました。植樹の後は、富良野市を拠点に活動している写真家の石黒誠氏に、秋のカツラの木は甘い匂いに包まれることなど、楽しく教えていただきました。

森では木々の葉も落ちはじめ、もうすぐ訪れる冬を教えてくれているようでした。

## 平取ダムの早期完成を！

### 平取ダム建設事業 総決起大会（11/5）

平取ダムは、平成 21 年 10 月より、本体工事が凍結され、沙流川総合開発事業の主目的である洪水調節機能も、十分に発揮されておらず、流域の安全確保が今も厳しい状況にあります。

この日、平取ダムの早期完成を目指す決起大会がふれあいセンターで開かれ、町民約 200 名が参加しました。

決起大会では、地元国会議員、道議会議員より支援の言葉をいただき、洪水の脅威から解放され、安心して生活のできる流域の未来を要望する決議がなされました。



# 教育委員会からのお知らせ

## 子どもたちの成長を実感した学習発表会

貫気別小学校では「寿会」も出演

10月下旬、「みんなが主役だ、ステージから感動を！」「一人ひとりのSTAGE、ひびけ☆みんなのHEARTに！」などのスローガンをかけて、各小学校で学習発表会が催されました。

各小学校とも、子どもたちの発表の声、言葉が明瞭で、「伝えあう」、「表現する」力を伸ばす日頃の学習活動の成果をしっかり見せてくれました。

また、貫気別小学校では、老人クラブ「寿会」の皆さんにも合唱で発表に加わっていただき、紫雲古津小学校では、保育園児のかわいい遊戯で会場は盛りあがりました。

家族や地域の温かい見守りの中で子どもたちが確実に成長していることを実感する一日でした。



「ブレーメンの音楽隊」を演じる貫気別小1・2年生と「あの街この街」などを歌う「寿会」の皆さん

## 薬物・違法ドラッグ、絶対に手を出さない！かかわらない!!

平取中学校保健集会で学習

10月18日、平取中学校では、『たったひとつの命』をメインテーマに昨年度から実施している保健集会が行われ、今回は、若年層への広がりが大きな社会問題となりつつある「薬物の乱用とその害」について学習しました。

集会は、保健委員の皆さんによる、薬物の乱用が成長期の自分たちの身体に与える影響、社会的な害の大きさ、法律上の取り扱いなどについての発表を聞き、ロールプレイングを通して、薬物を誘われた時にどのようにしたら良いかを考え、最後にDVDを観て、全員で薬物の危険性を確認しました。

集会を終えて、保健委員長の安田有吾さんは「薬物は人生をダメにするだけでなく、家族を含め多くの人を不幸に巻き込んでしまうのです。この集会を通して全校生徒に薬物の危険性について知ってもらい、絶対に手を出さないことを学んでもらうことができました。」と話してくれました。



ロールプレイングも取り入れ、薬物の危険を学ぶ保健集会の様子

❖薬物乱用とは・・・医薬品を医療目的以外に使用すること。または、医療目的にない薬物を不正に使用することをいい、たとえ一回だけの使用でも乱用です。

インターネットや携帯電話の普及などにより、命さえ危険にさらす薬物が子どもたちの身近に広がっています。特に違法ドラッグは、「合法ハーブ」「お香」と称して、人体への摂取を目的としない物であるかのように販売されており、注意が必要です。覚せい剤や麻薬に指定されていないため、安心であるかのような誤解がありますが、決してそうではありません。

子どもたちが違法ドラッグの健康被害にあわないために、また、薬物の犯罪被害にあわないよう、様々なプレッシャーに対する断り方も含め、薬物乱用防止について、家庭でも話し合いましょう。

## キッズチャレンジ THE あぐりスタート

小学生と保護者を対象に施設野菜の生産過程を学習するのが「キッズチャレンジ THE あぐり」ですが、今年は、平取町の冬の特産品となっている、寒締めほうれん草について学習していきます。

9月29日には28名が参加し、指導の丸山久志さんから植え方の説明があり、「早ければ、1週間ほどで芽が出ます」とのこと。早速、早く大きくなることを願いながらうねに沿って種を一つひとつ丁寧にまきました。

参加した子どもたちは、「寒締めほうれん草が育つのを楽しみ」と笑顔で元気良く語ってくれました。

次回は12月1日に成長観察、2月16日に収穫の予定です。

なお、これから寒締めほうれん草の体験をしてみたい方はお申込みください。(社会教育係まで)



寒締めほうれん草種まき

## おたのしみ劇場「ガウチョス」公演



公演を見る子どもたち

北海道文学館出前講座による、あやつり人形劇「ぶんぶく茶釜」公演が10月13日に行われ、100人を越える観客が会場を訪れました。

子どもたちは、たぬきが茶釜に化けられず、違うものに化けたり、茶釜から尻尾を出したままの様子を見て大笑いしながら、話しに引き込まれ、舞台にどんどん近寄るほど夢中になりました。



ぶんぶく茶釜の公演

公演終了後には、人形と握手をし満足して帰りました。

### ～文化サークル紹介～

#### ◇平取絵手紙の会

平取絵手紙の会は、月2回集まり、花や野菜など身近にある素材をテーマに描いています。

平取の豊かな自然を、感動や励ましの心を添えて送ってみませんか。「下手が個性」です。

体験、見学いつでもお待ちしています。

一緒に絵を描きませんか？

活動日 毎月第1・3金曜日（13:30～15:30）

活動場所 中央公民館団体活動室

《会員募集中》 連絡先 垂柳由美子（☎ 2-2040）

創立年	平成12年
代表者	垂柳由美子
会員数	10名



# 教育委員会からのお知らせ

## 大会新記録続出！

### ～町民マラソン大会・町民駅伝大会～

10月14日、本町親水公園において第29回町民マラソン大会及び第2回町民駅伝大会が開催されました。

秋の深まりを感じる沙流川河畔で延べ92人が参加し鍛え上げた健脚を競いました。

各部門ともゴール後の選手達は疲れた表情の中にも走りきった達成感と笑顔に満ちていました。

また、今大会では幼児男子の部、成年A(30～39歳)女子の部、成年B(40～49歳)男子の部、成年B(40～49歳)女子の部、駅伝で大会新記録が更新され、新記録ラッシュとなりました。



### ◇各部門1位◇

※備考欄、「新」は大会新記録

部 門	距離	氏 名	学校名等	記 録	備 考
幼児 男子	1km	丸山 透和	弥生保	5分07秒	新
女子	1km	島野 未華	バチー保	5分36秒	
小学生 1年 男子	1km	丸山 大翔	貫気別小	4分29秒	
女子	1km	松下 もみじ	貫気別小	4分42秒	
小学生 2年 男子	1km	森島 隼佑	平取小	4分37秒	
女子	1km	山道 光姫	二風谷小	4分33秒	
小学生 3年 男子	2km	西根 寛弥	貫気別小	8分10秒	
女子	2km	藤江 悠乃	振内小	9分35秒	
小学生 4年 男子	2km	船越 墨	平取小	8分10秒	
女子	2km	吉田 聖那	平取小	9分17秒	
小学生 5年 男子	3km	伊東 和陽	貫気別小	12分59秒	
女子	3km	北嶋 穂乃実	平取小	13分01秒	
小学生 6年 男子	3km	藤本 朝陽	平取小	13分47秒	
女子	3km	森島 葵	平取小	12分50秒	
中学生 1年 男子	6km	加藤 秀哉	振内中	25分27秒	
中学生 2・3年 男子	6km	戸城 大樹	振内中	29分31秒	
高校生 男子	6km	斎藤 夕真	平取高	27分20秒	
青年(30歳未満) 男子	6km	高橋 佑麻	貫気別	25分14秒	
女子	4km	劉 娜妮	貫気別	27分50秒	
成年A(30～39歳) 男子	4km	江谷 真人	本町	17分26秒	
女子	3km	伊藤真由恵	振内町	13分07秒	新
成年B(40～49歳) 男子	4km	中道 真仁	本町	15分10秒	新
女子	3km	樺野久美子	本町	15分48秒	新
壮年(50歳以上) 男子	3km	伊藤 吉昭	札幌市	13分08秒	
女子	3km	大塚恵美子	本町	17分34秒	
駅伝 4km		平村大幹(平取中)・互野愛結花(貫気別小) 二谷優吾(平取中)・伊東和陽(貫気別小)		14分34秒	新

## スポーツサークル紹介

- 創立年 昭和51年
- 部長 渡辺久美子
- 活動日時 水曜日・土曜日  
19:00～21:00
- 活動場所 振内青少年会館
- 入部条件 特にありません
- 部員数 30名
- 部費 年2,000円
- 連絡先 渡辺久美子 ☎ 3-3543

## 振内ソフトテニス部



振内ソフトテニス部は毎週水曜日と土曜日の午後7時から、青少年会館で技術向上や体力づくりの練習に励んでいます。ほか、部員同士やその家族との交流等も行っています。

楽しみながら経験を積むことができる日高管内ソフトテニス連盟の大会（年4回）にも積極的に参加しています。

ラリーはダイエット等に効果のある有酸素運動の代名詞ともなっていますので、「メタボリック予防の手段」として、「若さと健康を保つ秘策」として、私たちと一緒に汗を流しませんか？どなたでも歓迎致します。

## アイヌ伝承地保全の取り組み～日胆地区研修会の開催

### 道内各地の取り組みを紹介

日胆地区の博物館等職員を対象とした標記の研修会が10月25～26日の2日間にわたり平取町で行われました。

近年、文化財保護の観点で活発にアイヌ伝承地の保全が行われています。国名勝である「ピリカノカ力」(美しい・形)の指定や、平取町でも行われている重要文化的景観保護の取り組みなど、様々な事例について報告と討論、視察研修が行われました。

#### 報告事例1 絵鞆(えとも) 半島外海岸(室蘭市：名勝ピリカノカ力指定地)

噴火湾の東端に位置する絵鞆半島の外海岸は、急峻な断崖が数十kmにわたり続いております。さらにその外海岸には、アイヌ語地名が小さな入り江や岩礁などに細かくつけられ、自然環境も良好に保存されています。名付けられた地名とその由来となった自然環境が一連の景観で保全されていることから、「生きた地名」として平成24年1月に名勝ピリカノカ力の指定を受けました。

#### 報告事例2 襟裳岬 オンネエンルム(えりも町：名勝ピリカノカ力指定地)

オンネエンルム(大きな・岬)は、江戸時代の紀行文には、「岬の沖を通過する際は、イナウを捧げて無事を祈る。」、「岬先端の岩礁に生える昆布は‘カムイのおひげ’とし、アイヌは採ることはなかつた。」など、たびたびアイヌ文化との関わりを紹介されてきた場所で、平成22年8月に名勝ピリカノカ力の指定を受けています。

### 現地視察(平取町内のアイヌ伝承地めぐり)

#### オプシヌプリ(穴があく山：二風谷区域内に所在)

オキクルミが投げ槍で貫いた場所と伝えられる山です。トパットウミ(群盗)と地域住民との争いを仲裁するため弓比べをし、ヨモギの矢で射抜いた山とも伝えられています。古地図にはプイヌプリ(穴・山)というアイヌ語地名で記録されています。その特徴的な山の形態から、沙流川の神秘的なイメージを象徴するアイヌ伝承地として知られています。



研修会(沙流川歴史館)

### アイヌ伝承地を守り伝えていくために

アイヌ文化の世界観を象徴する場所の保全は、ユカラ(英雄叙事詩)、カムイユカラ(神謡)などのアイヌ口承文芸を深めていくための学習素材として、今後一層意味合いを増していくことだと思います。

また、北海道らしい観光振興への寄与といった付加価値も大事になっていくのではないでしょうか。

教育委員会では、今後とも道内各地の博物館等との研修を通して、アイヌ文化の保全にかかる情報を共有し、交流を深めて行きたいと考えています。



現地研修 オプシヌプリ(二風谷)の見学

### 広報びらとり10月号 お詫びと訂正

広報びらとり10月号教育委員会からのお知らせに誤りがありました。

10ページ「本町地区スポーツ祭の結果」の優勝チーム名等について、右図のとおり訂正し、お詫び申し上げます。

(誤)

義経杯パーグゴルフ大会	本町Dチーム
すずらん杯ゲートボール大会	本町Dチーム
トマトカップパーゴルフ大会	本町Bチーム



(正)	
義経杯ソフトボール大会	本町Dチーム
すずらん杯ゲートボール大会	本町Bチーム
トマトカップパーゴルフ大会	本町Dチーム

# 目指せ!!はつらつ健康 すこやかだより

ー保健福祉課ー



びらとり町食育セミナー  
『食は人を育み、  
地域を育てる』

平成22年度に策定された、「食育推進計画」の普及と推進を目的として、10月14日、ふれあいセンターで食育セミナーを開催し、約100名の方に来場していただきました。

午前の講演会では、日本ハム株中央研究所管理栄養士の柄澤紀氏を招き、「食とスポーツで健康な体をつくろう」と題し北海道日本ハムファイターズに入団したばかりの選手や二軍の選手と一流の選手との食事に対する姿勢の違いを例にご説明いただきました。午後からは、昨年からバージョンアップした「ニシパの恋人ランチ」第2弾として、各店様々な工夫を凝らした一品が登場し、来場者から多くの声が寄せられていました。

☆「料理教室」  
10月28日には、札幌市の中国菜家「季璃香(きりか)」オーナーシェフの石井登氏をお招きし平取町の食材を使用した料理教室を開催しました。レシピは誰でも簡単に調理できる内容で受講者は、きゅうりと木の子の黒豚ソースほか2品をつくり皆一様に満足していました。

は、講師の柄澤紀さんが関わった本を展示し、みなさまにご覧いただきました。「食と健康」ブックフェアでは、講師の柄澤紀さんが関連コチラーを設け、より充実した内容となりました。

その後、天使大学栄養学科、荒川義人教授により、子供達に必要な栄養をどのように摂取するか等を講演していただきました。続いて両氏による対談が開催され野球選手を例にした楽しい内容となりました。

—石井シェフ考案レシピ—  
びらとり米のパラパラ翡翠チャーハン  
材料（4人分）

- ・ごはん … 600g (茶碗4杯)
- ・玉子 (割ほぐしたもの) … 200g (M玉4個)
- ・ほうれん草…200g (1把)
- ・油…大さじ2・1/2

[調味料A]

- ・塩 … 小さじ1/2
- ・しょうゆ…小さじ2
- ・こしょう…少々

作り方

- ① ほうれん草を水洗いし、葉と茎に分けてみじん切りにする
- ② フライパンを熱し、油をひいて①を炒め一度取り出す
- ③ ボールに玉子と調味料Aを混ぜたものと暖かいご飯を合わせる
- ④ ②のフライパンに油を加え熱し、③を一気に加えパラパラになるまで混ぜながら炒める。味を確認し②のほうれん草を戻し入れ、炒め合わせ皿に盛りつける



—石井シェフ考案レシピ—  
きゅうりと木の子のびらとり黒豚ソース

材料（4人分）・きゅうり…1本

- |            |                |
|------------|----------------|
| ・黒豚挽肉…100g | ・油 (炒め用) …大さじ1 |
| ・舞茸…100g   | ・水溶き片栗粉…小さじ2   |
| ・生椎茸…100g  | ・ゴマ油…大さじ1      |

[調味料A]・ニンニクみじん切り…小さじ1

- |                 |           |
|-----------------|-----------|
| ・ショウガみじん切り…小さじ2 | ・豆板醤…小さじ1 |
|-----------------|-----------|

[調味料B]・ヰンソース…80cc

- |                 |            |
|-----------------|------------|
| ・ショウガみじん切り…小さじ2 | ・しょうゆ…大さじ1 |
| ・砂糖…小さじ1        | ・甜麵醤…大さじ2  |



- ① フライパンを温め油をひき、調味料Aを加え軽く炒め、香りが出たら挽肉を入れさらに炒める。調味料Bを加え、水溶き片栗粉でとろみをつけ、ゴマ油を加えソースを作る
- ② きゅうりを塩ずりして水洗いし、両端を切り落として縦半分に切り、スプーン等で種をそぎ落とし一口大に切る。舞茸と椎茸も一口大に切る
- ③ 鍋に油を入れ 170°C に熱し、きゅうり、きのこを順に揚げ、油をペーパータオル等で切る
- ④ ③を器に盛り①のソースをかける

# 図書館へいこう

平取町立図書館

ふれあいセンターびらとり・3階

○開館時間 火～金曜日 10:00～18:00 土・日曜日 10:00～17:00

○休館日 月曜日・祝日 ※月曜日が祝日の場合は、その翌日も休館。

TEL 4-6666

FAX 4-6871

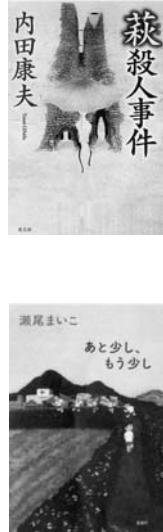
E-mail risu2@guitar.ocn.ne.jp



## 新着図書のお知らせ

### 【小説・エッセイ】

- 『萩殺人事件』／内田康夫  
『汚れちまったく道』／内田康夫  
『南極風』／笛本稜平  
『短夜の髪』／澤田ふじ子  
『千年鉢虫』／谷村志穂  
『編集ガール!』／五十嵐貴久  
『無花果とムーン』／桜庭一樹  
『あと少し、もう少し』／瀬尾まい子  
『パブリック・プラザース』／新野剛志  
『愛について、なお語るべきこと』  
／片山恭一  
『64』／横山秀夫  
『老いかたレッスン』／渡辺淳一



### 【家庭・生活・趣味】

- 『サライの料理基本のき』  
／サライ編集部  
『食材別おいしい冷凍大百科』  
／NHK出版  
『乾物でごちそう』／川上文代  
『モビールでつづる365日』  
／よしいいくえ



### 【社会・経済・その他】

- 『にっぽんの歳時記ずかん』  
／平野恵里子  
『弁当づくりで身につく力』／竹下和男  
『ひらく、ひらく「バイオの世界』  
／日本生物工学会



### 12月の休館日

3・10・17・23・

24・30・31日



### ～新しいDVD・CDが入りました～

#### DVD

- 「WALL-E ウォーリー」
- 「バズ・ライトイヤー  
スペースレンジャー」
- 「シンデレラ」「ターザン」「ファンタジア」  
などディズニーの名作シリーズ多数

新着DVD・CDは、  
カウンターに展示  
しています。  
ご利用ください！



#### CD

- 「風歌キャラバン」  
(ナオト・インティライミ)
- 「Kis-MY-1st」(Kis-My-Ft2)
- 「1830m」(AKB48)
- 「I LOVE YOU」(桑田佳祐)
- 「OPUS~ALL TIME  
BEST 1975-2012」(山下達郎)
- 「8 BEST」(関ジャニ8)ほか

### 図書ワゴン（移動図書館車）運行日程【12月】

#### 6日（木）【貫気別地区】

- 10:45～11:15 荷負 遠藤和江さん宅前  
11:30～12:00 貫気別生活館  
13:15～13:45 芽生生活改善センター  
14:00～14:30 旭生活館

#### 7日（金）【振内地区】

- 11:00～12:00 山の駅ほろしり館  
13:15～13:45 岩知志ふれあい館  
14:15～14:45 豊糠生活改善センター
- 利用者カードなしでも、ご利用できます。
  - 貸出期間は、次の巡回日までになります。
  - 本の返却、不用になった本のご寄贈も受け付けます。

1号の1枚



■フラダンス 10周年記念発表会（10月14日、びらとり温泉）

投稿作品

すずらん短歌会詠草

草を取る我も老いたりさわやかな  
風を受けつつ秋空のもと  
眠れずに窓を開ければ丸い月  
かすかにチリリンと虫の音きこゆ  
皆さんと初顔合わせに見し短歌  
何かほのぼの面影浮かぶ  
地中海の青い海を旅行する夢をば見たり  
オーリーブの花の色さえ見えて  
草むらにかばそい声のキリギリス  
我の耳にも秋を告げくる  
歩けない我が身ひとつを嘆きつつ  
秋風がひんやり首に触るる日に  
森が騒いで栗の実落ちぬ  
朝日さし重たい枝豆響く音  
ハイビスカスも部屋鑑賞に

藤田 卓子 熊谷 厚子 石川原多満代  
中原 千鶴子 高橋 洋子  
相田 のぶ子 中沢 三二子  
市橋 恵美子

町の人口	5,570	( - 0)
男	2,686	(▲ - 1)
女	2,884	( - 1)
世帯数	2,602	( - 1)
外国人住民数	133	

( )内は前月比 10月末現在