

第2回『関西ブロック女性交流会』in兵庫



9月26日(金) 大阪・兵庫・京都・和歌山から24名の参加がありました。

元町「華僑歴史博物館」安井三吉元館長さんより展示物を前にお話を聞きました。館内に「落地生根」と書かれた額があります。華僑の生き方を表しているそうです。(ある土地に根をおろして暮らすこと、華僑が移住先に根づくことを指す)

昼は南京町のレストランで広東料理、とてもおいしい中華料理でした。兵庫県連の橋本さんのフルス(ひょうたん笛)と村上さんのピアノ共演の演奏に耳を傾けました。食事をしながら各府連紹介をしました。楽しい交流会でした。次回(11月)は京都の予定です。皆さん是非ご参加下さい。 女性部 山本範枝

大ヒット映画『国宝』ロケ地 出石永楽館



なんと、この永楽館は平松事務局長の実家より200m先にあるのです

近畿最古の芝居小屋『出石永楽館』です。10月1日から片岡愛之助等の歌舞伎興行が行われています。15年前から毎年の行事となり、国道9号線から頃合いに離れた静寂な町に「国宝」の聖地巡礼ファンも混ざり一定の握愛を魅せています。

おにぎりと日本人の関係とは！

日本では弥生時代から稲作が始まり、以降ずっと米を主食としてきました。稲作の歴史の中からおにぎりは、蒸した米を握るという簡単かつきれいに形を整えられる調理法として誕生しました。天気や虫・雑草などの自然と戦いながら大切に育てられた米を、感謝の気持ちを込めて神様に捧げるために作られたおにぎりは、やがて戦いで武士たちの命をつなぐ大切な携帯食となり、平和な世の中になると普段の食事としてだけでなく行楽のお供としても広く愛されるようになります。おにぎりは弥生時代から受け継がれてきた日本人の歴史に欠かせない大切なソールフードなのです。



推しの本 ④

レシピがいらない！

アフロえみ子の四季の食卓

稲垣えみ子(著)

第5回料理レシピ本大賞【料理部門】

エッセイ賞受賞の『もうレシピ本はいらない 人生を救う最強の食卓』待望の第2弾！

四季折々の食材を使えば、一汁一菜でもバリエーションは無限。一年間のリアルな食の記録を、たっぷりの写真と共にお届けします。

作ってみたいくなる、アイデア料理が全40品。もちろん、大さじ〇杯などの表記はないので、エッセイを楽しく読みつつ、気楽に試してもらえます。アフロえみ子の食卓に欠かせない、ぬか漬け、梅干し、味噌の手作りの仕方も載せています。

この1冊で、食生活がガラッと変わります！

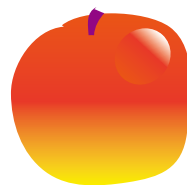
レシピというか、カンタンご飯のススメです。カンタンだけど天井やパエリアもどきも作っちゃう！でも基本はご飯と味噌汁！

読んでいると気軽にもうご飯と味噌汁でいいなと思える本です。

ちょっと考えを変えれば、ごはん作りってラクになるかも、と思える本ですよ。

EXPO 2025

「推しの本」の芝野さんが写真を送ってくれました



簡単美味しい煮リンゴ

●リンゴは皮をむき、縦4等分へたと種を取る、それぞれイチヨウ切り鍋にリンゴ・レモン汁・砂糖(わりと

少し)・水をヒタヒタに入れ中火で煮立ったら弱火で20分ほど煮る。粗熱をとり、冷蔵庫で冷ます。

●朝食のトーストの上にのせたり、シナモン降ったりします。●煮リンゴをヨーグルトと混ぜデザートに。

●お買い得リンゴを見つけたら是非お試し下さい！食物繊維たっぷりです美容効果が期待できそうです。