

ハートピア 3

第298号

令和4年3月17日発行

発行元

株式会社 中島新聞店
 〒381-2224 長野市川中島町原 530-2
 ☎0120-71-0271 TEL.292-0271 FAX.292-0222

SAN青木島
 〒381-2243 長野市稲里 1丁目 10-2
 ☎0120-84-6714 TEL.284-6714 FAX.286-4454

読む 信毎の書籍紹介

僕たちはいま、何を手にいれたのだろうか。 切り絵とエッセイでたどる時代の風景



みんなが貧しかったけれど、夢と希望を抱えきれないほどあった昭和の高度成長期。東京タワーが完成した昭和33年、東海道新幹線開業と東京オリンピック開催に沸いた昭和39年…。テレビや電気洗濯機、冷蔵庫などが次々と登場し、日本中が高揚していた希望溢れる時代は、その一方で長閑な風景や慣れ親しんだ道具の数々を失う始まりでもあった。

昭和の暮らしの風景を切り絵とともにたどるエッセイ集。

著者プロフィール

村上保 [むらかみ たもつ]

彫刻家・イラストレーター。1950年愛媛県生まれ。東京学芸大学卒業。彫刻で文化庁派遣芸術家として英国留学。モダンアート展、鹿島彫刻コンクール等で受賞。第一生命保険ビル(東京)、愛媛県美術館、アートゾーンギャラリー(英国)ほかにて彫刻作品を展示。東京学芸大学非常勤講師。フォーラムアートショップ(東京国際フォーラム)、銀座ソニービル(東京)、山荘画廊(愛媛)、さん太ギャラリー(岡山・山陽新聞社)ほかでさがみ個展。著書・共著に『村上保彫刻作品集1・II』(エキジビジョンスペースAPJ)『イラストレーション入門』(日貿出版社)『あそびの記憶』(文・土肥あき子、明治書院)『村上保さがみ作品集』など多数。

◎あの日の風景 昭和が遠くなる

村上保 文・絵
A5判並製/オールカラー/144ページ 定価 1,760円(税込)

2022年
3月下旬
刊行

書籍をご希望の方は下記にご連絡下さい。商品が届き次第お届けします。

中島新聞店 企画部 ☎0800-800-8829



パルセイロ

長野Uスタジアムホームゲーム

プレゼント 優待券 & 駐車券

当紙では、下記4月の試合の優待券と駐車券をセットで、10名様にプレゼントします。奮ってご応募ください。

なお、試合が延期や中止、または無観客試合となった場合は、抽選は行いません。抽選後に同様な事態になった場合も、お届けした優待券と駐車券は無効となります。

●トップチーム

- ① 4/10(日) いわきFC戦 14:00~
- ② 4/29(金) 鹿児島ユナイテッドFC戦 15:00~

●レディース

- ③ 4/3(日) ちふれACエルフェン埼玉戦 13:00~
- ④ 4/23(土) 三菱重工浦和レッズレディース戦 13:00~

●優待券=当日券が下記のようにお得に購入できます。

当日券	トップチーム	レディース
一般	1,000円引	1,000円引
小中学生	500円引	500円引

●応募=下記ホームページからお願いします。応募多数の場合は抽選。当選者の発表は同ホームページにて。プレゼント品は順次ご自宅にお届けします。

<https://www.nakajimashinbun.com>

●お問合せ等

中島新聞店 ☎0120-71-0271

※このプレゼントは中島新聞店とSAN青木島独自のサービスです。

中島新聞店 企画部 飯山産(戸狩サンファーム)の美味しい

ニコニコ宅配 **お米**

詳しくは ☎0800-800-8829

営業日/月~土(年末年始、祝日除く) 受付/9:00~17:00

発送も承ります

解く

クロスワードパズル

前答 オニハント
応募総数 284通
当選者10名(敬称略)
大庭志真・林賢一・清水三郎・西澤幸子・松尾朝子・石井文恵・西山洋子・村岡恵美子・和田夏海・林護

A	オ	フリ	ア	ニ
	タ	カ	マ	クラ
	ル	イ	サ	ビ
		ケン	カ	タ
	キ	バ	リ	ハク
D	ソ	ナ	エ	コト

[メッセージ] ◆寒い中4時に毎日、新聞が来ます。大雪の中、配達員さんの足跡とたまに外飼いのご近所猫さんの足跡が交差していて微笑ましいです。(Y.I) ◆牡蠣が大好きです。このみのハートピアキッチンを見て作りました。3回も。(ゴウちゃん) ◆今年はいままでの寒さにふるえながら豆まきました。鬼も疫病も退散してほしいですね。(S.N) ◆今年の豆まきは、「福は内」を少し多めにしました。そして鬼を追い出した豆はカラスの朝食になったようです。(M.S)

タテのカギ

- ♪菜の花畑に入り日薄れ…。唱歌「○○○月夜」。
- 連想ゲーム。果物、二十世紀、幸水。
- 神戸市の名湯、○○○温泉。
- 力士が土俵に撒く。
- 大臣で構成する行政の最高機関。
- 国や地方自治体に納める金。
- あんこの原料。
- 仏の○○も三度。
- の上にも三年。

ヨコのカギ

- 今は昔、竹取の○○○といふものありけり。
- 人間は考える○○である。
- 映画の脚本・台本。
- 赤と白の中間のワイン。
- 泣いたカラスがもう笑う。
- アンデスに繁栄した○○○文明。
- 海のミルク。
- 問題を出して相手に答えさせる遊び。
- 「C」「F」で表す。
- 春夏秋冬。

1		2		3	4
	C				A
		5	6		
7	8		9		
		10			11
12			13	14	
					16
15					F

答え

ご応募は住所・名前・電話番号を明記の上、ハガキまたはメールで右記へお送りください(3月28日必着)。抽選で10名様に図書カードを進呈します。

◎はがき
〒381-2224 長野市川中島町原530-2
中島新聞店クロスワード係

◎メール
office@nakajimashinbun.com

今が旬!

門出の季節につきものなのが、今が旬のマダイです。あっさりしていても、肉厚な身のおいしさは絶品です。

今回はあえて、皮を付けて調理します。皮と身の間は何の食材においてもおいしい部分です。皮も一緒に楽しみましょう。短時間でできるのに、豪華なもてなしの一品です。

そして、信州の冬の特産品といえば、凍み豆腐。工場生産のものがほとんどですが、豆腐の栄養がギュッと詰まった健康食品です。今回はデザートにしてみました。



行事と旬で作る! 食べる!

このみの/ハートピア キッチン

浜このみさん

〈クッキングコーディネーター〉
〈フードジャーナリスト〉
〈konokono キッチンスタジオ主宰〉

新聞社勤務をへてフリーライターに。レシピ開発のほか、料理取材、料理本の編集、コラム等を手掛けるなど「食とメディア」「食と人」のコーディネートを中心に仕事の場を広げる。「このみのベジめし」「いちどで覚える フライパンレシピ」(以上信濃毎日新聞)など著書多数新聞、雑誌等でレシピを連載。長野放送「土曜はこれダネッ!」「ふるさとライブ」レギュラー出演。他テレビ番組、CM等出演。その他、おいしい講演会(演題は多種多様)、イベント、企業、団体での料理教室デモンストレーション開催。塩尻市出身、長野市在住。

お祝いの席で豪華なのに簡単な一品!



マダイとアサリのアクアパッツア

材料 2人分

- マダイ…半身(3枚におろしたもの)
- 塩、コショウ
- アサリ…150グラム(砂出ししておく)
- オリーブ…5粒(半分に切る)
- ミントマト…5個
- キノコ類…100グラム
- オリーブ油…大さじ1
- バター…大さじ1
- 白ワイン…1/2カップ
- 水…1/2カップ
- ローズマリー、ワサビの花(あれば)…適量



作り方

- ①うろこをきちんと取り、3枚におろしたタイに塩、コショウをきちんとする。皮目に切れ目を入れておく。
- ②フライパンにオリーブ油とバターを入れ、タイの皮の面からこんがり焼いてひっくり返す。
- ③アサリ、オリーブ、トマト、キノコを加え、白ワインと水を入れ、ローズマリーを添えて、ふたをして、アサリの口が開くのを待つ。口が開いたら完成。



アクアパッツアというと、とても難しく、ハードルの高い料理のようですが、あつというまにできるわりには見栄えがよく豪華なので、もてなし料理にはぴったりです。皮つきのタイのピンク色がお祝いごとにぴったりです。タイの3枚おろしはお店でやっていただきます。

甘ダレの揚げ凍り豆腐



材料

4人分

- 凍り豆腐…2個(水で戻して、軽く水気を絞ってから三角形になるように4等分する)
- かたくり粉…適量
- 揚げ油
- ~甘ダレ~
- 砂糖…50グラム
- 水…1/4カップ
- しょうゆ…大さじ1
- 白ゴマ…大さじ2



カリカリ!そしてジュワワーがたまらない!



作り方

- ①凍り豆腐はかたくり粉を付けて、油で表面がカリッとするまで揚げる。
- ②フライパンに甘ダレを入れて一煮立ちしたら、火を止めて、揚げたての①を入れてからませる(タレがほとんどなくなるまで)。



食べると中からジュワーと甘ダレが出てきますので、火傷に注意しましょう。冷めてもおいしく、翌日も味が変わりません。お茶菓子やお弁当のおかずにもいいと思います。



このみの/ハートピア キッチン WEB

ホームページでもレシピ公開中!

浜さんのおしゃれな料理をカラーで閲覧できます。作り方の写真も満載です。

<http://nakajimashinbun.com/kitchen/>