

# ハートピア10

第329号

令和6年10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

読む  
信毎の書籍紹介



信州出身で江戸期の俳人・小林一茶の全俳句作品約2万1千句を季語別に収録、1929年発行『一茶俳句全集』(大橋裸木編)、1979年発行『一茶全集』第一巻俳句篇(1979、小林計一郎・丸山一彦・宮脇昌三・矢羽勝幸編)以来、初の一茶全集句集です。

本書への一茶作品の掲載にあたり、『一茶全集』第一巻の一茶作品をベースに昭和初期発行の『一茶叢書』(信濃教育会編)以来、編著者が初めて閲覧した『文化句帖』原本をはじめ、長野県高山村所蔵『浅黄空』原本、一茶自筆句集『だん袋』(2006、汲古書院)などを突き合わせ、確認しうる一茶自筆の作品を改めて判読。また、本編著者による『信州向源寺一茶新資料集』(1986)『一茶大事典』(1993)『湯薫亭 一茶新資料集』(1995)など新たに確認された資料や真蹟から発見した新出俳句を掲載しています。

さらに、一茶研究の第一人者である編著者が、一茶の癖、好きな言葉、当時の風習などから一茶がどう読ませたかったのかを解釈した読み下しを併記。下巻末には季語索引と初句索引を収録。季語索引には季語の解説を加え、一茶俳句に関するコラムも多数掲載し、卓越した皮肉とユーモアがある一茶独自の世界をまとめています。

## 一茶俳句集成〈上巻・下巻セット〉

矢羽勝幸 編著 A5判/並製/各744ページ/カバー装、保護ケース付き

※上下巻セット商品につき分売不可 定価 19,800円(税込)

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。

nikotaku 中島新聞店 企画部

ニコニコ宅配 0800-800-8829

## 初の一茶全集句集

2024年  
11月刊行  
(予定)

ACNAGANO PARCEIRO

プレゼント  
パルセイロ

長野Uスタジアムホームゲーム  
優待券 & 駐車券



当紙では、下記11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。

●トップチーム〈2024明治安田 J3リーグ〉

- ① 11/9(土) 第36節 ヴァンラーレ八戸戦 14:00~
- ② 11/24(日) 第38節 カマタマーレ讃岐戦 14:00~

●レディース〈2024-2025 SOMPO WEリーグ〉

- ③ 11/10(日) 第8節 ノジマステラ神奈川相模原戦 14:00~
- ④ 11/23(土) 第10節 サンフレッチェ広島レジーナ戦 14:00~

●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独自のサービスです。



暖房としてご使用される前に!

エコノミー 7,700円

アトム電器

川中島店(中島新聞店) 受付9:00~17:00 定休日/日曜・祝日

詳しくはお問い合わせください! TEL.080-7236-4928

## 解く

クロスワード  
パズル

前答 クルマイス  
応募総数 242通  
当選者10名(敬称略)  
大春幸子・高橋雅博  
・岡澤美咲・中澤正  
三・山崎明子・和田  
篤・新井智美・土屋  
利治・中島利男・北  
澤伊都子

A	ク	ロ	ウ	ハ	B
	ン		タ	ク	シ
	シ	ガ		マ	ゴ
		C	マ	リ	モ
	タ	グ		ト	ナ
D	イ	チ	ゴ		ウ
					E

【メッセージ】 ◆パリパラリンピックの車イスラグビー、金メダルおめでとうございます。車イスがぶつかり合う迫りに圧倒されました。(K.T) ◆パリパラ車椅子テニスの小田選手、すごく強かったですね。新時代を切り拓いてほしいです。(I.R) ◆我が家は車椅子を使っています。私85歳、家内80歳(介護度3)で1日中ベッドにいます。トイレに行くとき、私がかつて車椅子に乗せて連れていきます。老老介護です。もう年で体力がもたない。つらい日々です。(H.N)

### タテのカギ

- ジャガイモ。
- 元素記号Sn。
- ウナギにそっくり。
- 連想ゲーム。江戸前にぎり、ちらし。
- 歌舞伎役者の派手な化粧。
- 今は関脇。霧馬山→○○○○。
- 一対の狛犬。○○○の呼吸。
- ブルー。
- 美しい薔薇には○○がある。

### ヨコのカギ

- 警察官。○○○マン。
- トゥモロー。
- 「無精者」を長野の方言で。
- は金なり。
- 背中をかく道具。○○の手。
- 最終回。1点の○○○を守って勝利。
- 人間は考える○○である。
- 離れ小島。
- お菓子に付く無料のおもちゃなど。
- ギターやバイオリン等。○○楽器。

1		2		3	4
A					B
		5	6		
7	8		9		
		10			11
			E		
12				13	14
		D			C
15					16
					G

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(10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!

秋鮭は塩味がついていない、生の鮭です。今が旬で、オレンジ色の身が鮮やかなのが特徴

です。ムニエルやホイル蒸しが定番の料理です。

今回はそれらの料理を一工夫して簡単に豪華な一品にしました。

(クッキングコーディネーター・浜このみ)

行事と旬で作る! 食べる!

## このみの/ハートピアキッチン

ソースは  
ドレッシング感覚で!

### 秋鮭のムニエル トマトソースがけ



#### 材料 2人分

- 秋鮭…2切れ
- 塩、コショウ、小麦粉…適量
- オリーブ油…大さじ1
- バター…大さじ1

- 豆苗…適量

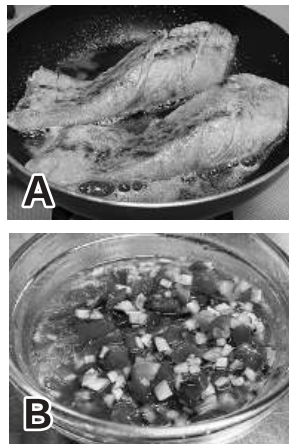
#### ~トマトソース~

- トマト…100グラム
- キュウリ…1/2本
- オリーブ油…大さじ2
- レモン汁…大さじ1
- 塩…小さじ1/2
- 鶏がらスープの素…小さじ1/2

#### 作り方

- ①秋鮭に塩、コショウをして、小麦粉を全体に振り掛ける。
- ②フライパンにオリーブ油とバターを入れ、①を両面こんがり焼く(写真A)。
- ③トマトとキュウリは3ミリ角に切り、他の調味料を入れて、トマトソースを作る(写真B)。
- ④②を皿にのせ、トマトソースを掛け、豆苗を散らす。

**ワンポイント** トマトソースは秋鮭に限らず、肉のソテーに掛けてもおいしいです。サラダのドレッシングとしても利用でき、万能です。



#### 材料 2人分

- 生秋鮭…2切れ
- きのこと類…100グラム (エリンギ、ブナシメジなど)
- 白だし…大さじ2
- バター…20グラム
- パセリのみじん切り…適量
- 塩、粗びき黒こしょう…適量
- アルミホイル…適量

#### 作り方

- ①エリンギの石づきを切り、縦4等分に手で裂く。ブナシメジは食べやすい大きさにほぐす。
- ②アルミホイルを30cm程度の長さに2枚切り、秋鮭をそれぞれにのせ、塩、粗びき黒こしょうをふる。
- ③エリンギとブナシメジを秋鮭に添えて、アルミホイルを包む。
- ④アルミホイルの隙間から白だしを加えてアルミホイルをとじる。
- ⑤フライパンに底から1cm程度の水を入れて沸騰させ、アルミホイルを並べて蓋をし、中火で15分蒸す(写真A)。
- ⑥仕上げにバターとみじん切りにしたパセリをかける。



### 秋鮭のホイル蒸し

味付けは白だしで!



**ワンポイント** 今回はフライパンに少量のお湯を入れて蒸しましたが、オーブントースターで蒸し焼きにしてもいいですね。具材はキノコに限らず、白菜やブロッコリーなどを加えてもいいです。

#### おたよりコーナー

前号のハートピアキッチンに寄せられたおたよりを紹介しします♪

■このみ先生の白菜のお料理は初めて知る白菜をたくさん食べられるもので、これから美味しくなる季節にとっても嬉しいレシピです!一玉使い切ります!(I.Mさん)

■ハートピアキッチンのメニューはいつも美味しそうです。毎日のご飯作りでマンネリ化しているのをご参考になります。自分では出来ない発想の料理ができます!(K.Kさん)

レシピの感想をハガキかホームページからお寄せください。掲載された方には図書カード1,000円分を進呈します。

〒381-2224 長野市川中島町原530-2 中島新聞店 ハートピアキッチン係

ハートピアキッチンWEB 検索

