



### 西中図書館 新刊オススメ本



『ワタナベマキの  
いまどき乾物料理』  
[ワタナベマキ 著]  
NHK 出版

人気料理研究家・ワタナベマキさんが日々作り続けてきた乾物料理は、「切り干し大根の春巻き」「高野豆腐のから揚げ」

「ひじきとごぼうの梅煮」など、大人にも子供にも喜ばれるものばかり。パリパリした食感を生かしてあえ物やサラダに、油を合わせて炒め物や揚げ物にと、今まで知らなかった乾物の魅力に出会えます。ヘルシーで栄養豊富、意外に扱いやすく、肉や魚や野菜をプラスして食べ応えのあるボリュームおかずとしても、あともう1品の副菜としても大活躍の乾物料理 60 品が掲載されています。

従来の乾物料理に物足りなさを感じていたら、ぜひ読んで作ってみてください。



『「強い円」は  
どこへ行ったのか』  
[唐鎌大輔 著]  
日経 BP 日本経済新聞出版

『40 歳からの予防医学』  
[森勇磨 著]  
ダイヤモンド社



『老害の人』  
[内館牧子 著]  
講談社

『やっと訪れた春に』  
[青山文平 著]  
祥伝社



### 町民ギャラリー フォトクラブどんぐり

今月は、フォトクラブどんぐり・高橋政二さん（滑沢）の作品です。



📷 作品名 『滑沢川』  
なめさわかわ

📷 作品紹介  
滑沢川は、下松の木伏峠を源流とした阿賀川水系の支流で7km余りの清流です。林道下松滑沢線に沿って流れ、滑沢集落で笹川に合流して阿賀川に注ぎます。この滑沢川は集落の近くを流れ、昔は灌漑用水で周囲の田んぼを潤していました。また、昼休み時には洗濯場として、井戸端会議ならぬ川端会議で憩いの場でもありました。この川はいくら雨が降っても氾濫の心配はありません。消防水利として防災にも役立っています。今は農耕機械を洗ったり、野菜を洗ったりしています。

## 第34回市町村対抗福島県縦断駅伝競争大会

夢をつなぎ、心をつなぎ、襷をつなぎ西会津



晩秋の福島路16区間95・0kmを1本の襷でつなぐ第34回市町村対抗福島県縦断駅伝競争大会「ふくしま駅伝」が11月20日に開催されました。今大会も、白河カタルススポーツパーク（白河市総合運動公園）をスタートに福島県庁前まで襷をつなぎ、町村混合チーム「希望ふくしま」を含めた県内58市町村52チームが出場しました。

西会津町チームは、今大会に向け、佐藤悦美監督を中心に7月から週3回、さゆり公園で練習を重ねてきました。また、本年度は各選手が県内各地で行われたマラソン大会に積極的に参加し、大会の雰囲気を感じながら本番に挑みました。

大会当日は、天候にも恵まれ、選手にとっては絶好のコンディションとなりました。1区の伊藤妃杏選手は強豪ぞろいの女子エース区間で、29位と好位置で次の区間に襷をつなぎました。その後も中高生や町内外の大学生、社会人選手がふるさと西会津のために精いっぱい走り、アン

- カーの鈴木俊哲選手へ襷とその思いをつないで、総合37位でゴールしました。
- 今大会では、6区の伊藤亜久里選手が区間25位、9区の築田ゆりな選手が区間22位、15区の三留夕都莉選手が区間20位と好成績を収めました。大会後に行われた解団式では、選手や関係者がお互いをねぎらい、今大会の反省を生かして来年の飛躍を誓い合いました。
- 襷つないだランナー「敬称略」
- 1区 伊藤 妃杏(西会津中3年)
  - 2区 大場 悠(西会津町役場)
  - 3区 齋藤 湊(東北学院大4年)
  - 4区 清野 樹(葵高1年)
  - 5区 高津 雄大(田代電機製作所)
  - 6区 伊藤亜久里(東会津町立松原)
  - 7区 高松 翔和(西会津中3年)
  - 8区 長谷沼伶皇(西会津中1年)
  - 9区 築田ゆりな(西会津中3年)
  - 10区 伊藤 大河(早稲田大1年)
  - 11区 築田まりな(西会津中2年)
  - 12区 薄上 南平(パースルR&D)
  - 13区 伊藤 峻(会津若松消防署)
  - 14区 山口 圭太(新山手病院)
  - 15区 三留夕都莉(西会津中2年)
  - 16区 鈴木 俊哲(会津学鳳高3年)