



KAMIJIMA KITCHEN

レモン醤油

●材料

醤油:レモン汁= 1:1

★もっと旨味を加えたい場合

醤油:レモン汁:だし汁= 1:1:0.5

●作り方

- 1 レモンを絞り、果汁をとる。
- 2 材料をすべて混ぜ合わせる。

一言メモ

減塩対策にレモン醤油はいかがですか。醤油は、薄口醤油より濃口醤油の方が塩分が少なく、かつ旨味が多く含まれているので、濃口醤油をおすすめします。お豆腐やお刺身のお醤油代わりに、また、お鍋のポン酢代わりにいかがですか。

上島の文芸

双葉俳壇 一三二回句集

蹲こたの樋いに流る秋の水 伊佐 幹男
古文書の難語に挑む良夜かな 田中 華丘
海岸で釣糸垂らす良夜かな 幸本 郁夫
恋生まる白き渚の良夜かな 山元 征子
良夜なり戦なき世を導きぬ 美濃部 妃苗
秋の水積善山逆さ赤石ダム 林 七重
休憩の緑茶にこぼる秋の花 森本 伸子



良夜なる白寿の人の詩吟聞く 古林 幹枝
蕭条しょうじょうと降る雨淋し秋の水 森本 和佳
山女やまめ釣る四万十清流秋の水 田名後 皇雨
さいはての旅にて鮭の魚市場 幸本 孤燈



Ikina marathon
ゆめしま海道いきなマラソン

第34回ゆめしま海道いきなマラソンの開催延期について

第34回ゆめしま海道いきなマラソンの開催に向け準備を進めて参りましたが、ランナー、ボランティア、地元の皆さまなどをはじめ、すべての関係者の安心・安全の確保が困難であると判断し、大変残念ながら1年ほどの延期を決定いたしました。

新型コロナウイルス感染症が一刻も早く収束することを切に願いますとともに、次回大会がより良い大会になるようにしっかりと準備を進めて参ります。

今後とも、ご支援、ご協力いただきますようよろしくお願い申し上げます。

ゆめしま海道いきなマラソン実行委員会 ☎77-2128

ALT コーナー / 観光協会だより

少し早いですが、一年間ありがとうございました！

去年の夏から住み始めて一年が経ちました。去年の今頃、ちっちゃい島での生活はどのようなものかなと緊張していました。

しなければいけないことや友達を作れるかななどの心配をしていたことをはっきりと覚えています。

しかし、この一年間でたくさんの優しい友達と出会えたことに、深く感謝しています。先日、前ALTのマイケル先生から受け継いだ畑でゴーヤや茄子、ハーブなどの美味しいものがいっぱいできました。その食材を使って料理することに私はとてもときめきます。

島の友達と一緒に料理をして日本食文化についてたくさん学びました。今は、友達の温かいもてな

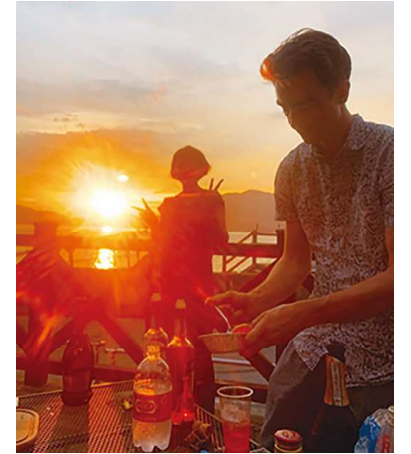
しのお返しに、自分の食文化を伝えることを頑張っています。例えば、イギリスで流行っている「アペロルスプリッツ」というカクテルを友達に作りました。アペロルはリキュールでカンパリのような酒類ですが、そんなに強い苦味がなくて飲みやすいです。アペロルがあれば、このカクテルは簡単に作れます。グラスにたくさんの氷とアペロルとプロセッコのようなイタリアのスパークリングワインと少しだけの炭酸水を混ぜて、オレンジのスライスを使って付け合わせます。下戸の方もトニックウォーターとライムやショウガを使ってノンアルコールアペリティブが楽しめます。ぜひ作ってみてく

英会話教室

弓削 月 19:30 ~ 弓削地域交流センター
生名 月 9:00 ~ 3分団集会所
岩城 木 20:00 ~ 岩城総合支所庁舎
魚島 火 19:30 ~ 魚島開発総合センター

ださい。

今まで色々教えてくださり、ありがとうございます。素晴らしい経験ができる1年になりますように。乾杯！



今月の担当 ALT
サンズデイビス・フィン (岩城)



応募締切

2021年
1月31日

上島町観光協会では、上島町の魅力あふれる写真を募集しています。

町内の四季折々の自然・風景・行事・人々の生活、島の文化や歴史が伝わる写真を広く募集します。

プロ・アマは問いません。偶然出会った瞬間を「島」で感じた思いを写真に込めて、ぜひご応募ください。応募方法など詳しい情報は、町内各所に設置のチラシもしくは瀬戸内かみじまトリップをご覧ください。



上島町観光協会 各種お問い合わせ ☎72-9277 www.kamijima.info