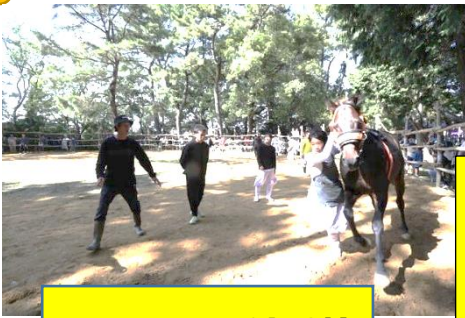




10月7日 八幡社



10月8日 神明社

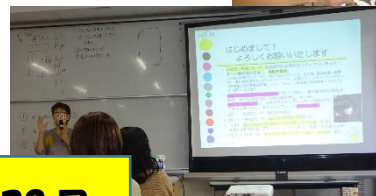
秋の大祭



ちびっこたち  
も大活躍!



地域の文化を継承する秋の大祭が行われました。朝早くから花車と馬が町内を回り、祭りの一日が始まりました。境内では、人馬が一体となって駆ける勇壮なおまんことや350年の歴史を誇る高浜市指定無形民俗文化財の射放弓が奉納され、たくさんの人たちで賑わいました。



防災食講習会 10月28日

ポリ袋でご飯4種 米 70g

- 野菜ジュース 100ml
  - ビール 100ml
  - コーヒー 100ml
  - 牛乳 100ml
- ・米とそれぞれの水分をポリ袋に入れ、しばらく置く。  
・20分湯せんにかける。  
・食べるまで蒸らす。

缶詰ハーモニー 鯖缶 1缶

- 蒸し大豆 50g
  - 乾物ひじき 5g
  - 乾物切り干し大根 5g
  - 乾物春雨 5g
  - 白菜(キャベツ) 200g
- ・鯖の身をポリ袋に入れる。  
・鯖缶汁の中にひじき・春雨を入れる。  
・ひじきが戻ったら、ポリ袋に全ての材料を入れる。  
・空気を抜いてポリ袋の口をくくる。

紹介していただいたレシピです。チャレンジしてみてくださいね!

まち協主催の防災食講習会が行われました

ライフラインが止まってもお鍋一つとポリ袋があれば調理可能。水以外でもご飯が炊けるなど驚きの連続でした。

いざという時に、自分や家族の身を守る知恵と工夫を教えていただいただけでなく、食の備えの大切さも実感しました。

