

## 版画家 高村 静江さん (下高根沢)



高村さんは版画を始め、第83回新構造展での総務大臣賞をはじめ、各種展覧会に出展し、多くの賞を受賞してきました。版画を始めたきっかけは、学校事務として工業高校に勤めていた時に、版画をやっていた先生に誘われたこと。職場のグループに入り、仲間と共に版画を始めました。版画ならではの難しさはあったものの、幼いころから絵が好きだったこともあり、徐々に面白さを感じるようになったそうです。

版画を作る上では、彫る工程が好きだとのこと。題材や構図に悩みながら下絵を完成させたあと「どんな作品になるかな」と、わくわくしながら彫り進めるそうです。白黒の版画のほか、多色刷りの版画を制作することも多く、完成形をイメージしながら、色ごとにたくさんの版木を彫っていきます。彫る工程で

は、多色刷りの作品の場合、刷る度に微妙に異なる色が出るため、気に入る色が出るまで何度も刷るとのこと。満足する作品を仕上げることは難しいが、そこが面白いと笑顔で話します。

人が自分の版画作品を見て「元気をもらえる」と言ってくれたことが印象に残っていると話す高村さん。その言葉がうれしく、版画のやりがいを感じたそうです。「版画の題材は、至る所に転がっている。身の回りのものはもちろん、旅行ができる時期になったら、さまざまな場所を巡って、花や樹木、風景など、いろいろなものを版画にしたい」と、今後の抱負を語りました。



高村さんの作品  
「落ちたら地獄」▶



## 5/25 人命救助協力者表彰に見木利夫さん

人命救助協力者として、見木利夫さん(稲毛田)に芳賀地区広域行政事務組合消防本部から感謝状が贈られました。見木さんを含めた3人は、稲毛田地内のため池で、釣りに意識を失って池に転落した人を協力して救出しました。見木さんは「人を助けられて良かった」と話しました。



## 5/30 東水沼 花とサツマイモの苗植え

東水沼で花とサツマイモの苗植えが行われました。多くのイベントが中止となってしまった子どもたちのために、自治会と保全会が共同で企画したものです。集まった子どもと保護者らは、丁寧に土を掘り、それぞれの苗を一生懸命に植えていました。秋にはサツマイモの収穫を行う予定です。



## 6/19 町消防団中継放水訓練

町消防団員90人が参加し、役場駐車場で中継放水訓練を行いました。火災を想定してサイレンを鳴らしながら出動し、ポンプ車同士をつないで放水を行いました。真岡消防署芳賀分署員から指導を受けながら、団員らは真剣な表情で取り組んでいました。



## 5/22 芳賀郡スポーツ少年団 バレーボール交流大会

会場/茂木町民体育館  
結果/優勝 芳賀北小バレーボール部

## 5/14~16 芳賀郡市中学校春季体育大会

結果/優勝 [敬称略]

サッカー男子  
弓道男子団体  
弓道女子団体  
柔道女子団体  
ソフトテニス女子団体  
弓道女子個人 照井 楓凜  
柔道男子個人 55kg級 小林 煌季  
90kg級 泉 翔太  
柔道女子個人 44kg級 斉藤 杏奈  
48kg級 椎野 由菜  
63kg級 岡本 亜子  
ソフトテニス女子個人 螺良 寧々・廣谷 流凜

## 5/19 芳賀地区小学校陸上記録会

結果/ [敬称略]

第1位 男子コンバインドA 小野寺結士(芳賀北)  
女子100m 高久 桃(芳賀東)  
第2位 女子コンバインドB 高松 和香(芳賀北)  
第3位 男子100m 飯塚 悠希(芳賀南)  
女子100m 黒須 美怜(芳賀北)



## 自慢レシピ

## ビビンバ



栄養価(1人分) エネルギー478kcal たんぱく質19.2g  
脂質13.8g 塩分1.0g

### ●ヘルシーポイント

○辛みのある調味料で塩分量をカット。味付けに濃淡を付けましょう。  
○彩りを意識して、見た目からおいしく!

### ●作り方

- ①フライパンに豚ひき肉とAを入れてよく混ぜ合わせ、弱火から中火で肉に火が通るまで炒めます。
- ②ニンジン、モヤシは千切りにし、モヤシと一緒にゆでます。ザルに上げて水気を切り、熱いうちにBで調味します。
- ③オクラはヘタの先端を切り落とし、ヘタと実の境目にあるガクをむき取り、表面のうぶ毛を塩(分量外)でこすりながら取ります。塩が付いたまま2分程度ゆでて水に取り、水気を拭き取って薄く切ります。
- ④卵は割りほぐし、砂糖と塩を加えて菜箸で切るように混ぜ、油を引いたフライパンで焼いて錦糸卵を作ります。
- ⑤器にご飯を盛り、具を飾ります。

### ●材料(4人分)

- 豚ひき肉..... 200g
- 酒..... 大さじ1
- 砂糖..... 小さじ2
- A コチュジャン..... 小さじ2(12g)
- しょうゆ..... 小さじ1
- おろしニンニク..... 小さじ1弱
- 大豆モヤシ..... 200g
- ニンジン..... 60g
- 鶏がらスープの素..... 1g
- B 塩..... 0.5g
- ラー油..... 適量
- オクラ..... 4本
- 卵..... 2個
- 砂糖..... 小さじ1
- 塩..... 0.5g
- 油..... 適量
- ご飯..... 1人150g

食生活改善推進員は、食を通じた健康づくりを推進しています。地域の人々を対象とした教室を開催予定です。