



みんなと一緒に 歌と心の混声ハーモニー

みどりコーラス団長
加瀬 一美さん(川口)

「**男**性と女性の声が美しくハモったときは鳥肌が立ちます」と腕を手で擦りながらそう話す。

女性合唱団として長い歴史を持つみどりコーラス。混声合唱団として生まれ変わろうとする平成3年、加瀬さんは入団する。当初は女性団員が多く男性団員は3人。混声合唱団とは名ばかりで、男性が女性のパートを歌うこともあったという。その後男性団員も増え、合唱が好きなこともあり、いつしか活動にのめり込んでいった。

初めての混声合唱団としての発表会は、翌年の北総合合唱連盟コンサート。「ぶっつけ本番でした」と仕事を持ちながらの活動の中、男性団員全員がそろったのはコンサート前日だった。また第40回創立記念コンサートでは、初めてオペラに挑戦。舞台衣装や舞台背景などの制作も団員自らで行った。「コンサートを成功させようとい

うみんなの思いがひしひしと伝わってきました。あのときの一体感は今でも忘れられない」と当時を振り返る。

12月には、男性団員だけの「グリーンドンキーズ演奏会」を行う。「年寄りの冷や水。無鉄砲。と言われそうですが、まだまだ老いるのは早い」と現在特訓中だとか。

3年後には大きな節目である創立50年目を迎える。「古いも若きも一つの目標にみんなで進んでいける。和気あいあいと楽しい時間を過ごしていきたい」と加瀬さん。これからも混声合唱団として活動が長く続くことを願っている。

行政へ一言！

市内の公民館や図書館などの施設を集約して、子どもから大人までがーか所に集い、歌い、学べる、生涯学習センターのようなものができるといいですね。

【みどりコーラス】

昭和43年、市内幼稚園に集う母親たちが中心となり発足。演奏会のほか、老人ホーム慰問なども行っている。現在団員数37人。
混声ハーモニーと一緒に！
くわしい内容は加瀬さん(☎090-3499-7337)へ。



おいしく食べよう

旭産

簡単・ヘルシーレシピ



カボチャは栄養価の高い野菜。ビタミンAやCなどが多く含まれます。ビタミンCは加熱すると損なわれますが、カボチャはでんぷんの働きで、加熱しても壊れにくいのが特徴です。

今回のメニューで味を引き立たせるには、肉のうま味をカボチャに含ませるように煮汁を絡ませましょう。

材料 (4人分)

カボチャ…………… 300g	A {	しょうゆ…………… 大さじ2
豚こま切れ肉…………… 220g		砂糖…………… 大さじ1と1/2
酒…………… 大さじ1と1/2		だし汁…………… 150ml
サラダ油…………… 大さじ1		サヤエンドウ…………… 8さや

VOL.53 カボチャと豚肉の炒め煮

1人分の栄養価 エネルギー263kcal、塩分1.4g

作り方

- ①豚肉には酒を振っておく。
- ②カボチャは種とわたを除いて、1cm程度の厚さにスライスする。
- ③フライパンに油を熱して①を炒め、肉に火が通ったら②を加えて弱火にして炒める。
- ④③にAを加え、ときどき混ぜながら汁気がなくなるまで煮て器に盛り付ける。
- ⑤サヤエンドウの筋を除いて塩ゆでし、斜めに切って飾る。

岡旭市保健推進員協議会(☎63-8766・健康管理課予防班内)

データシート

火災				交通事故				人のうごき				【6月1日現在】		前月比
【5月】 平成26年の累計				【5月】 平成26年の累計				【5月の移動】				人 □	68,154人	(▲40人)
建物火災 1件 (6件)				事故件数 135件 (787件)				転入 138人 出生 47人				男	33,383人	(▲31人)
その他の火災 1件 (7件)				死亡者数 0人 (2人)				転出 174人 死亡 51人				女	34,771人	(▲9人)
												世帯数	25,110世帯(+26世帯)	