

長い年月と雨や風 太平洋の荒波が創る壮大な芸術



奥松島宮戸島の東南端に突き出ている嵯峨溪は、岩手県の狹鼻溪、大分県の耶馬溪と並び日本三大溪の一つとされています。

宮戸島から遊覧船で外洋に出ると、長い年月が創りあげた荒々しい岩肌や、太平洋に浮かぶ島々を間近で見ることが出来ます。

「屏風岩」「メガネ崎」「夫婦島」、ミサゴという鳥の巣がある「ミサゴの島」など、個性的な岩や島をめぐる遊覧船。天候や時間帯、潮位によっても異なった表情が楽しめます。

今回は海からの嵯峨溪の眺めを、船上でのスケッチをもとに描いていただきました。

Point.

悠久の時を感じ
波に揺られながら
景色を愛でる

遊覧船でのスケッチの楽しさもあり、海面には細かく複数の色を入れ、白いしぶきを描いて、波と船の動きを表現しました。

白い岩肌特徴的な嵯峨溪ですが、光の加減などで多様な色が見てとれました。岩の質感や奥行きを出すために、青系の色を入れるなど工夫しています。

美しい景観の中から、今回は岩の穴の向こうに島が見える構図を選びました。

嵯峨溪の夏の雰囲気と、その魅力をお伝えできればと思っています。

(絵と文・尾形たき子)

尾形たき子：プロフィール

石巻市出身。フェリス女学院短期大学卒業。日本水彩画会友、宮城県芸術協会会員、宮城県水彩画会常任理事、元示現会会員で、数多くの受賞歴を持つ。東北電力図画コンクール審査委員長を務める。

今回のスケッチ・スポット



石巻市・東松島市・女川町でお勧めの風景を教えてください。

巻末「ウミネコ・クイズ」にあわせ、お勧めの風景に出会える場所や見どころなどを書き添えてご応募ください。

CONTENTS 今号の内容

P.2

- 地域のイキイキ活動紹介!
……おはなし会おひさま(女川町)
- くらしの知恵袋
……エアコンをエコ的に活用しよう!

P.3

- 旬の素材 ～横須賀風～
…烏賊(イカ)を使った料理
- カラダが喜ぶ運動コーナー
- おたよりコーナー



P.4

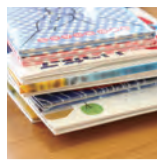
- E・インフォメーション
…東北電力図画コンクール作品募集
…サマーキッズスクールのご案内
- 地域のイベントカレンダー
- ウミネコ・クイズ

地域のイキイキ活動紹介!

このコーナーでは、地域に根ざしてがんばっている人や団体をご紹介します。地域に暮らす仲間の活躍が、皆さんの活力につながりますように…。

女川町 おはなし会おひさま

子どもたちに物語の魅力を届ける 読み聞かせの時間



「おはなし会おひさま」は女川町の子どもたちに読み聞かせをするボランティアグループです。今年度は女川小学校が木曜日の朝に行っている「読書の時間」に出向き、年間に各学年二回ずつ読み聞かせを行います。

令和最初の読み聞かせは6月6日、一年生を対象に行われました。15分間の読み聞かせが終わると、「もう一回!」の声が上がるなど、入学してはじめての読み聞かせ体験は、子どもたちにとって楽しく刺激的な時間になったようです。

創設当初からのメンバーで前代表の島貫洋子さんによると、「若くてエネルギーのあった女性の仲間たちが『なにかやろう!』と活動を始めたのがきっかけ」といいます。フリーマーケットなどの活動を行う中で、メンバーの一人の「大人向けの読み聞かせに感動した」という話から、「自分たちでもやってみよう」と思い立ったのが20年前のことでした。



●おひさまのメンバーは、学年に応じて読み聞かせの本選びを工夫しています



●話し方はもちろん、表情も工夫して子どもたちを本の世界へと引き込みます



●福祉フォーラム「ごちゃまぜ大会」での子ども司書の読み聞かせは、訪れた人たちの胸に響いたようです



●毎年、卒業式前に6年生向けに「はなむけの会」と題した読み聞かせを行っています

それぞれの「おひさま」は、放課後や休み時間に出向くなど学校との調整をはじめ、試行錯誤しながら活動をスタート。ほかの地域の読み聞かせグループを訪ねたり、勉強会に参加するなどして、自分たちのスタイルをつくってきました。

「おひさまの皆さんに憧れていました」と話す現代代表の澤田洋美さんは、尊敬する先輩たちに声をかけてもらって参加するようになりました。メンバーの矢竹拓さん「皆さんが魅力的で仲間に加えてもらいました」といいます。新しいメンバーの参加も、20年もの間継続している理由の一つのようです。

東日本大震災により活動を休止せざるを得ませんでしたが、島貫さんたちは子どもたちが避難所で不安そうにしているのを見て「今こそ読み聞かせが必要だ」と感じていました。その矢先、町から学童保育の子どもたちに読み聞かせをしてほしいと依頼を受け「おひさま」は活動を再開。その後、町内の小学校が女川小学校に統合されたことにあわせ「おひさま」も一本化され、今に至ります。

現在の女川小での読み聞かせについては佐藤舞先生は「子どもたちは読み聞かせが大好きです」と話します。読み聞かせ

後に聞いたフリースズやセリフを口にするなど、読書とは違った感覚で物語の世界を味わっているようです。

女川町には「子ども司書養成講座」の取り組みがあり、小学校四〜六年生の希望者が図書館司書の役割を学んでいます。

今年2月に開催された町福祉協議会主催の福祉フォーラム「ごちゃまぜ大会」では、子ども司書たちが大勢の町民の前で堂々とスクリーンに映し出した福祉絵本の読み聞かせを行いました。

また、女川小では図書委員が低学年に読み聞かせをすることもあり、読み聞かせが身近なものになっています。

メンバーの阿部美佳子さんは、ある高校生から「小学生の頃、読み聞かせの時間が好きでした」と言われたことを嬉しそうに話してくれました。

「おひさま」の読み聞かせが女川の子どもたちに本を身近に感じさせるとともに、心の成長にもゆるやかに優しく関わっているようです。



●小学校に入って初めての読み聞かせに、興味津々の1年生



●児童数約200名の女川小で、昨年度は約9000冊もの図書室の本が貸し出されました



人物 Key Person.

さわだ ひろみ 澤田 洋美さん
「おはなし会おひさま」代表
息子が子ども司書の養成講座を受講してくれたことは嬉しい出来事でした。本選びや読み方をさらに工夫して、これからも本の魅力を伝えていきたいです。

あべ みかこ 阿部 美佳子さん
「おはなし会おひさま」メンバー
高学年を対象にした読み聞かせでは、伝記や実話を選ぶことが多いです。今すぐにはなくても、いつかその子の力になれる活動でありたいと思っています。

やたけ たく 矢竹 拓さん
「おはなし会おひさま」メンバー
メンバーの魅力に惹かれて仲間になりました。今は子どもたちに喜んでもらえることが生きがいです。自分磨きにもなっていると感じています。

さとう まい 佐藤 舞さん
女川小学校教諭
読み聞かせてもらうことで、物語の世界に深く入り込むことができるようです。子どもたちが本に触れるきっかけとしても、ありがたい活動だと感じています。

しまめき ひろこ 島貫 洋子さん
「おはなし会おひさま」前代表
活動を始めた当初は「自分たちがやりたいからやる」という気持ちでしたが、震災で避難している子どもたちを見て、読み聞かせの大切さを感じました。

エアコンをエコ的に活用しよう!

省エネなど衣食住を工夫することで、快適でおしゃれな毎を送りましょう。

こまめな掃除とプロの力を借りる

エアコンの掃除が省エネにつながることをご存じの方も多いと思いますが、掃除は咳やアレルギーの原因となるカビや菌を増やさないためにも重要です。

他にもエアコンを切る前に送風運転(30分~1時間)をして内部を乾燥させるのも衛生面で効果的です。

また、プロによる掃除(*)もおすすめです。エアコンの内部を徹底的に掃除すると、省エネと衛生面を両立できます。

*使用頻度の多いリビングなどは年1回、寝室などは3年に1回程度が目安です。



朝にフレッシュな空気を取り入れる

朝の涼しいうちに窓を開け、湿気った空気を入れ替えてからエアコンを使用しましょう。

また、こまめにスイッチを入れたり切ったりするよりも、温度調整をしながら連続運転の方が省エネにつながる場合があります。(*)
冷えすぎるときには除湿機能を使用しましょう。

*建物の断熱性や通気性などで効果は変わります。



皆さんの「方言で一言」
なびてない? 隣の婆さん家ば、まがってみてけらいいん。一緒にお茶っご飲んで水分補給! 笑顔補給!

知らしめ知恵袋

豊かな毎日を送るための小さな知恵話にちよつと道草していきませんか?



アドバイザー 草貴子さん

*くさたかこ「子育て支援おもちゃ図書館「ずんだっこ」代表、「仙台市泉区女性町内会長の集い」事務局長など、地域づくりやライフスタイル、子育てに関して幅広い活動を行っている。女川町出身。

※「方言で一言」の訳: 体調崩してない?隣の婆さんの家をのぞいてみてね。一緒にお茶して、水分補給しながら笑顔補給!



Manami Yokosuka

料理研究家 横須賀 真奈美 さん

旬の素材

横須賀風



【よこすか まなみ * プロフィール】
茨城県生まれ。NHKのリポーターなどの経験を持つが「どうしてもお料理がしたいの!」と料理を学び転身。料理教室やテレビの料理コーナーでも活躍中。「国際薬膳師」として食べ物での健康管理も目指す、食のよろず仕事屋。

【表記説明】

総エネルギー (1人分) kcal / 総食塩相当量 (1人分) g

(注) イカ小 4~5杯を用意すれば、今回の料理 3品全てを作ることができます。



約1,490 (372) kcal / 7.5 (1.9) g
<薬味> 約40 (10) kcal

イカ飯のぼんぼこ天

- イカはゲソと胴を抜き取ってエンペラを外し、胴の皮をむいて熱湯でさっと茹でる。
- 玉ネギ・パセリ・ミニトマトはみじん切り、トウモロコシは茹でて実をかき取る。
- ご飯に②を混ぜ合わせて塩コショウ (分量外) して①のイカの胴に等分して詰め、爪楊枝で口を閉じる。
- 薄力粉と片栗粉を混ぜて冷水 (約150cc) と合わせ、青のり・白ゴマ・紅ショウガを加える。
- ③のイカ飯に④の衣をからめて180度の揚げ油でカラッと揚げる。粗熱が取れたら切り分ける。
- せん切りにした大根・ミョウガ・生姜・大葉と一緒に盛り付け、天つゆや塩を添える。

材料 (4人分)



- イカ小 4~5杯 (スルメイカを使用)
- ご飯 茶碗2杯分
- 玉ネギ 1/8個
- トウモロコシ 1/8本
- パセリ 少々
- ミニトマト 3~4個
- 薄力粉 1/2カップ
- 片栗粉 大さじ2
- 青のり 小さじ1/2
- 白ゴマ 小さじ2
- 紅ショウガ 大さじ1
- *揚げ油 適宜
- <つけあわせ> 大根 4cm
- ミョウガ 1個
- 生姜 小1/2個
- 大葉 4~5枚



イカの腑ペースト スズキーニとナス焼き

580 (145) kcal / 1.5 (0.38) g

- イカの腑はスミをはずし、薄皮をつけたままざく切りする。ニンニクと玉ネギはみじん切りにする。
- ①をフライパンに入れて中火で炒め、腑に火が通って固まってきたらボウルに取り出して、粉チーズ・塩コショウで味付けする。
- 輪切りにしたスズキーニとナスに②のペーストとお好みでタカノツメのをせ、グリルなどでこんがり焼く。

材料 (4人分)



- イカの腑 4~5杯分
- ニンニク 1片
- 玉ネギ 1/8個
- 粉チーズ 大さじ2
- 塩コショウ 少々
- スズキーニ 1/2本
- ナス 1本
- タカノツメ 適宜



イカゲソとエンペラの酢の物

365 (91) kcal / 5.2 (1.3) g

- エンペラとゲソ、硬い爪などを取り除いて洗い、熱湯1カップに塩と酢 (分量外) を加えて茹で、食べやすい形に切り分ける。
- キュウリは薄切りにして塩もみし、枝豆は茹でてサヤから取り出す。トマトはおろし器でおろす。※汁は捨てない。
- ①と②を合わせて酢・砂糖・塩・しょうゆで和える。

材料 (4人分)



- イカのゲソ・エンペラ 4~5杯分
- キュウリ 2本
- 枝豆 約30粒
- トマト 1個
- 酢 大さじ3
- 砂糖 大さじ1
- 塩 小さじ1/4
- しょうゆ 小さじ1



おたよりコーナー

■ちょうど高体連で息子の応援に行ったとき石巻好文館高校のチアリーダーの応援をみました。華があり、若さあふれる笑顔での元気ある声援は、見ているこっちも笑顔になりますね。(石巻市O.Yさん)

◆取材に伺ったときには難易度の高い技を何度も練習していました。日ごろの努力が、彼女たちをさらに輝かせているのだと思います。(編集部)

■使い終わった茶葉が臭い消しやリラックス効果があるなんて、とてもいいこと聞きました。是非試してみたいです。(東松島市Y.Kさん)

◆お茶を飲んだ後に茶葉を使えるなんて一石二鳥ですね。ぜひお試しください。(編集部)

■ローズガーデンフェアのワークショップ、今年はシャトルバスを運行してもらって助かりました。(石巻市U.Yさん)

◆ワークショップにご参加いただきありがとうございます。これからの催しにも、ぜひご参加ください。(編集部)

元気アップ! カラダが喜ぶ運動コーナー

お腹まわりや下半身のシェイプアップと足腰の筋力強化の一石二鳥。ムリせずできるところから挑戦してみましょう。

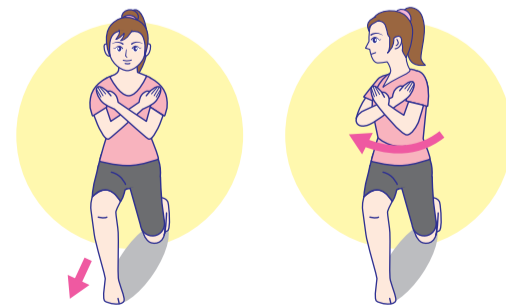
1 2 共通の 開始ポーズ A

両腕を胸の前に組んでまっすぐに立ちます。



1 ツイストランジ

B Aの状態から片方の脚を前に踏み出します。 C 踏み出した脚の方へ上体をねじります。

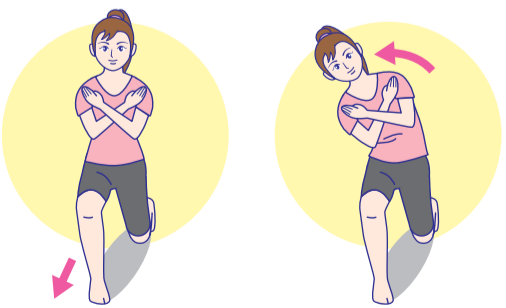


左右交互に10回3セットを目安に行います。

ポイント ● 運動の強度は上体の下げ幅で調整してください。難しいと感じる場合は浅めに下げてやってみましょう。

2 ドロップランジ

B Aの状態から片方の脚を前に踏み出します。 C 踏み出した脚の方へ上体を傾けます。



左右交互に10回3セットを目安に行います。

効果

- ツイストランジ …… 骨盤周辺の矯正と足腰の強化に効果があります。
- ドロップランジ …… ウエストの引締めと足腰の強化に効果があります。

【監修：井田耕治 先生】

「ワシントンスポーツ医学センター」にてダイエットを主体としたフィットネストレーニングを学び、仙台市内を中心にパーソナルトレーナーとして活動。野球、陸上、競輪、格闘技などのアスリートの指導も行っている。PHYSICAL SUPPORT <http://physical-support.net/>

旬の素材 《烏賊(イカ)》

日本近海で最も多く漁獲されるイカはスルメイカで、真イカとも呼ばれます。スルメの由来には、墨を吐いて群れる「スミムレ」がスルメに転じたという説があります。

イカは高タンパク、低カロリー、低脂肪が特徴で、疲労回復や高血圧予防などに効果があるタウリンが豊富です。コレステロールを多く含みますが、近年の研究で善玉コレステロールであることが分かっています。

今回はイカの魅力を生かした和洋折衷のレシピをご紹介します。

イカ飯のぼんぼこ天



イカの腑ペースト スズキーニとナス焼き



イカゲソとエンペラの酢の物



薬膳情報

イカは血を補うことのできる食材のひとつであり、婦人科系の症状に効果があるとされます。夏バテ対策や疲労回復には酢の物がおすすです。酢には血液を浄化して血行を良くする作用や、消化を促進する効果があるほか、魚や肉の毒素を分解するなどの殺菌効果があるとされています。

2019.7 ~ 10



地域のイベント
カレンダー

※イベントへおでかけの前に
諸事情により開催日等が変更される場合がございます
ので、問い合わせ先にご確認のうえおでかけください。

7月
石ノ森萬画館第74回特別企画展「**虫ペダル展**」
とき 7月13日(土)~10月14日(月・祝)
午前9:00~午後6:00
会場 石ノ森萬画館
TEL 0225-96-5055

第96回 石巻川開き祭り
とき 31日(水)・8月1日(木)
会場 石巻市中心部
問 石巻川開き実行委員会(石巻商工会議所内)
TEL 0225-22-0145

8月
牡鹿鯨まつり
とき 4日(日) 午前8:40~午後8:00(花火 午後7:30~)
会場 鮎川浜(旧公民館跡地)
問 石巻観光協会牡鹿事務所
TEL 0225-45-3456

2019サマーフェスタ・イン・かほく
とき 11日(日) 午後4:00~午後8:30(花火 午後8:00~)
会場 河北総合センター(ビッグバン)周辺
問 サマーフェスタ・イン・かほく実行委員会(石巻かほく商工会内)
TEL 0225-62-3161

夏休み企画「おいでよ、縄文村へ!」
とき 10日(土)~13日(火)・15日(木)
体験時間 午前10:00~午後3:00
会場 奥松島縄文村歴史資料館
TEL 0225-88-3927
※12日(月)・13日(火)は入場料・体験料無料

にっこり市
とき 12日(月・祝) 午後2:00~午後5:00
会場 石巻市にっこりサンパーククラブハウス・駐車場
問 石巻市北上地域物産振興協会(主催者)
TEL 0225-67-2114

2019和夏まつり ~ 和の灯 ~
とき 15日(木) 午後3:00~午後9:00(花火 午後8:40~)
会場 旧北上川河川敷(石巻市和夏水辺の楽校公園)
問 河北桃生商工会...0225-72-3586
孫太屋(まごたや)...0225-72-3067

第97回 東松島市鳴瀬流灯花火大会
とき 16日(金) 午後6:30~午後8:30(花火 午後8:00~)
会場 鳴瀬川・鳴瀬大橋付近河川敷
問 東松島市商工会鳴瀬支所
TEL 0225-87-2026

北上川フェア2019
とき 18日(日) 午前10:00~午後3:00
会場 中瀬公園
問 北上川フェア実行委員会事務局(石巻市河川港湾課内)
TEL 0225-95-1111(内5607)

東松島夏まつり2019
とき 24日(土) 午前10:30~午後8:30(花火 午後7:30~)
会場 JR矢本駅前通り・蔵しっくパーク・大町商店街
問 東松島夏まつり2019実行委員会(東松島市商工会内)
TEL 0225-82-2088

松島基地航空祭2019
とき 25日(日) 午前8:30~午後4:00
会場 航空自衛隊松島基地
TEL 0225-82-2111(広報班:内211)
※入場の際、手荷物検査を行います。
※基地内には駐車場はありません。

第16回 トリコロレ音楽祭
とき 25日(日) 午前11:00~午後8:00
会場 石巻市の中心市街地の空き店舗・駐車場など14会場
問 トリコロレ音楽祭実行委員会(街づくりまほう内)
TEL 0225-23-2109

**ものうふれあい祭2019
はねこ踊りフェスティバルin桃生**
とき 14日(土) 午後0:00~午後9:00(花火 午後8:00~)
※一部イベント 午前10:00~
※はねこ踊りパレード 午後6:00~
会場 石巻市桃生植立山公園
問 ものうふれあい祭実行委員会事務局(石巻市桃生総合支所)
TEL 0225-76-2111

第22回 おながわ秋刀魚収穫祭2019
とき 29日(日) 午前9:00~午後4:00(予定)
会場 女川駅前商業エリア
問 おながわ秋刀魚収穫祭実行委員会(女川みらい創造株式会社)
TEL 0225-24-8118

第30回 いしのみまき大漁まつり
とき 13日(日) 午前9:00~午後3:00
会場 石巻魚市場
問 いしのみまき大漁まつり実行委員会(石巻水産課内)
TEL 0225-95-1111(内3513-3514)

【編集後記】
「くらしの知恵袋」のなかの「方言で一言」への
反響がじわじわ増えています。方言で話すことで、
お互いの距離が縮まることもあるようです。夏休
みには家族や親せきが帰省して来たり、こちらか
ら出向くこともあると思います。方言を話題の一
つにしてみました。 (編集部) ☺

女川原子力発電所からのお知らせ E・インフォメーション

第18回 東北電力図画コンクール 想像の海の生きものたち

「海にいたらいいな」と思う生き物を描こう!

作品募集
・水彩・油彩・色鉛筆
・クレパス・貼り絵 など
※作品は返却しません

みんなの作品
まってるよ!



「色々な時代を映す映写機フィッシュ」
4年(受賞当時) 内海 和紗さん

お問い合わせ TEL.0225-53-3410
〒986-2221 宮城県牡鹿郡女川町塚浜字前田123
東北電力株式会社 女川原子力PRセンター内
「東北電力図画コンクール」事務局
※開館時間 9:30~16:30 / 休館日 毎月第三月曜日(祝日の場合翌日)

主催/東北電力株式会社 女川原子力発電所 ●後援/女川町教育委員会、石巻市教育委員会、東松島市教育委員会、三陸河北新報社(石巻かほく)、石巻日日新聞社 ●協力/石ノ森萬画館

応募方法

募集期間 **2019年 8月31日(土)まで** ※当日消印有効

応募対象 **小学生以下のみなさん**

表彰
最優秀賞1名
優秀賞7名
各審査委員特別賞9名
奨励賞20名

※ご応募いただいた全員にオリジナル
記念品を贈呈いたします。

作品の裏には以下の内容を書いて応募してください。
・お名前(ふりがな)・男女・年齢・郵便番号・住所・電話番号
・学校名(幼稚園・保育所名)・学年・絵画タイトル
・作品のコメント(生き物の特徴や描くときの工夫など)
※記入もれの無いよう大人の方といっしょに書いてね。

おやくそく
●作品はA4画用紙に描いてね!
●応募はひとり1枚だよ!
●次のような作品は応募できないよ!
◆貝がらなど立体物を貼ったもの
◆コピーや切り抜きしたもの
◆パソコンで編集したもの
●上下がわかるように
作品のウラ面に
矢印を書いてね! (矢印の向きは上です)

夏休み サマーキッズスクール 参加無料

開催場所 女川原子力PRセンター (主 催) 東北電力株式会社
宮城県牡鹿郡女川町塚浜字前田123 (後 援) 女川町教育委員会・石巻市教育委員会・東松島市教育委員会

7/27日・28日
図画のじかん
絵本作家のアドバイスあり!
東北電力図画コンクールの
作品を描こう!
申込期日 7月26日(金)まで
定員 各回30名
場所 1F大ホール
時間 ①10:00~12:00
②13:00~15:00
講師 絵本作家 神田瑞季先生(女川町出身)
昨年の最優秀賞の作品

8/3日・4日
そらのじかん
プロの操縦!プロの指導!
ドローン体験教室
空機などで活躍するドローンを操縦できる!
申込期日 7月28日(日)まで
定員 各回25名
場所 1F映像ホール
時間 ①10:00~12:00
②13:00~15:00
※各回の順番は先着順になります

8/10日・11日・12日(祝)
工作のじかん
親子で楽しく手作り体験
どろダンゴ作り ①10:00~12:00
②13:00~15:00
ソーラーミニカー
太陽の光だけで走り続ける!
申込期日 8月4日(日)まで
定員 各回30名
場所 1F大ホール

7/27日~8/12日(祝)
常設開催 | 入場無料
7/27日~8/12日(祝)
場所 2F中ホール 時間 9:30~16:30
※最終日は15時まで
**ウィンテージ
ガチャガチャ
コレクション展**
VINTAGE★GACHAGACHA
雑なつくりのガチャガチャ製品を
作ってきたコスモス170年代から80年代の
子どもたちの心を写った懐かしいアイテムを
多数展示します。

上記サマーキッズスクールは全て参加無料です。◆サマーキッズスクールの定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。
サマーキッズスクール事務局へのお問い合わせ先
TEL:022-208-5515
(平日の9:30~16:30)
http://onagawa-event.com

スクールへのお申し込みは右記QRからアクセス!
http://onagawa-event.com

【注意事項】◆本イベントでのバスの運行はございません。自家用車でお願いします。
◆駐車場には限りがありますので予めご了承ください。(駐車可能台数30台程度) ◆館内では飲食のサービスは行っておりません。

62円
ご応募いただいた方の中から
抽選で15名様に
**シルエットしょうゆ皿
セット(縁起3柄)**
を差し上げます。
応募はがきの記入方法
①お名前(ふりがな) ②年齢 ③性別 ④ご職業
⑤郵便番号 ⑥ご住所
⑦電話番号
⑧ウミネコクイズの答え
⑨UMINEKO誌面に対するご感想
⑩⑨の誌面・ホームページへの掲載可否
※「掲載可」または「掲載不可」とお書きください
なお、掲載する際のお名前は
イニシャルでご紹介します
⑪東北電力に対する
ご意見、ご要望
うまきしょうゆを注ぐと絵柄
がきれいに浮き上がります。
※使用例

Q. 日本三大溪は、岩手県・狛鼻溪、大分県・
耶馬溪、もう一つは東松島市にあります。
なんという名称でしょうか?
① 奥松島溪
② 野蒜溪
③ 嵯峨溪
ヒント 後醍醐天皇の息子である護良親王が「京都の
嵯峨野のように美しい」と感動して名付けた
と伝えられています。
前号の答え 石巻市雄勝にある大須崎灯台はどんな灯台に
認定されている?..... ③ 恋する灯台

**UMINEKO★QUIZ
ウミネコクイズ**
＜応募方法＞
★はがきに、左記の必要事項を
ご記入のうえ、ご応募ください。
【応募締切】
2019年9月10日必着
※当選発表は賞品の発送をもって
かえさせていただきます。
※クイズの応募はがきで知り得たお客様の個人情報は、当選者への賞品の発送に使用するほか、今後の誌面づくりの参考にさせていただきます。