



投稿をお待ちしています

① 1歳のお子さんの写真
氏名、住所、生年月日、家族（氏名、続柄：2人まで）からのひとことを記入

② 短歌・俳句・川柳・詩

③ 催し物の告知や募集

④ イラスト・絵手紙

⑤ 瀬戸内市の風景などの写真
写真の題名、撮影場所・日時、コメント、市ホームページへの掲載可否などを記入

★応募方法
住所・氏名・電話番号を明記し、はがき・FAX・電子メールなどで秘書広報課へ送付してください。匿名・ペンネームを希望する場合は、その旨もお書きください。

問 秘書広報課
〒701-4292 瀬戸内市邑久町尾張300-1
☎0869-24-7095
FAX 0869-22-3304
mail: hiroba@city.setouchi.lg.jp

歴史講演会

宝物になった備前刀
—奉納刀剣、名物刀剣、注文打—

瀬戸内市は、かつて日本最大の刀剣産地として栄え、優れた刀剣を数多く生み出しました。本講座では、備前刀の名品の中でも、神に捧げられた「奉納刀剣」、造形や伝来に由来する名前をもつ「名物刀剣」、武将からの特別な依頼でつくられた「注文打」を中心に、日本刀の魅力を紹介します。

▷対象者 市内・市外問わず参加可

▷日時 12月7日（土）午後1時30分～午後3時（午後1時開場）

▷場所 ゆめトピア長船

▷講師 佐藤寛介氏（独立行政法人 国立文化財機構 東京国立博物館 学芸企画部企画課特別展室室長）

▷定員 400人（先着順）

▷参加費 無料

問 瀬戸内市歴史まちづくり財団
☎0869-24-7788 FAX 0869-24-7008



瀬戸内市 はっくつ!

シーサイドマルシェ

ノートルダム清心女子大学の学生が初めて企画する瀬戸内市の魅力発信マルシェ! 見渡す限りの海と瀬戸内市に関係するさまざまなお店が出店します。牛窓の海風で回る風車のワークショップも行います!

食・海・風— 瀬戸内市の魅力をたくさんの人に肌で感じてほしい! そんな熱い思いを持った学生が開催するマルシェにあなただも“ちょっと”行ってみませんか? 詳しくは nopak の Instagram をご覧ください!

▷日時 11月16日（土）正午～午後5時（小雨決行）
※雨天時は11月17日（日）に延期

▷場所 県営桟橋（牛窓町牛窓 3910-3）

問 Instagramアカウント (@_nopak_12) へお問い合わせください▶

瀬戸内市学生等チャレンジ補助金採択事業



文芸コーナー
（敬称略）

秋晴れに夢のせ走る代々木の地
久安佐江子（邑久町北島）

雨追ふてそびらの日射し虹を生む
的場 松葉（牛窓町長浜）

夜半ば目覚め聞こゆる虫の声
原野信一郎（牛窓町牛窓）

秋風に今朝の空すみ渡る
野口 慶子（牛窓町牛窓）

鈴虫の宿は裏庭夜々豊か
後藤 靖子（牛窓町牛窓）

アゼ道でトンボにバツタ秋近し
服部 文枝（邑久町大窪）

お月見団子
うさぎとすすきのよや過す
川野 富子（邑久町尻海）

祈るだけ能登に向かつて手を合わす
服部 敬一（邑久町大窪）

秋彼岸車窓から見るふる里へ
木も草なべて繁りに繁る
上山 幸子（邑久町豊安）

いわし雲千載一遇にも似たる
暑き夏より抜け出して秋
舟積田紀子（牛窓町鹿忍）

面差しは昨夜の夢を追いかける
朝のしじまに香るコーヒー
桂舟道人（邑久町山田庄）

幼き日ゴジラモスラの映画見て
夢を咲かせた秋の夕暮れ
大倉 衛（長船町飯井）

瀬戸内市の味

ブロッコリーと豚しゃぶのおろし和え



- 材料（2人分）
- ブロッコリー（1/2 株）
 - 豚肉（しゃぶしゃぶ用）（100g）
 - 酒（大さじ1）
 - 塩（小さじ1/2）
 - 大根おろし（1/2 カップ）
 - ポン酢しょうゆ（大さじ1～2）

- 作り方
- ①ブロッコリーは小房に分ける。茎は皮を厚めにむき、棒状に切る。
 - ②鍋に湯をわかして酒を加え、豚肉をさつとゆでてざるに上げる。
 - ③ゆで汁のアクを除き、塩を加えて①をゆで、ざるに上げて水気をしっかり切る。
 - ④ボウルに豚肉、ブロッコリーを入れ、ポン酢しょうゆで味を付ける。大根おろしを加えて混ぜ、器に盛る。
- アドバイス
ブロッコリーの茎にも栄養があるので、捨てずに使いましょう。

今月のレシピは 瀬戸内べじたぶる

問 健康づくり推進課
☎0869-24-8031



なるほど!! 健康教室

▷日時 11月21日（木）午後2～3時
▷場所 瀬戸内市民病院
▷テーマ コツコツ防ごう 骨粗しょう症
▷講師 岩野麻衣子氏（看護師）

▷定員 20人
▷参加費 無料
▷申込期限 11月20日（水）

問 瀬戸内市民病院 ☎0869-22-1234

