

## おとこの料理教室

1月14日(出)、ハイトピア伊賀で「おとこの料理教室」を行いました。この日は、「おうちで食べる豚肉の竜田揚げ弁当」として、豚肉の竜田揚げ、しょうゆおこわ、卵焼き、かぼちゃの甘辛煮、鮭の焼きびたしを作りました。

参加者は、食材の切り方や包丁の使い方など基本的なことから、アク取りや面取りなどひと手間かけることで料理の仕上がりが変わることを学びました。すべての料理ができあがると、弁当箱に丁寧に詰めました。



1. 大きさと切り口を確認しながら豚肉を切りました。
2. 参加者同士で揚げ加減を確認しました。
3. 講師から包丁の使い方や手の添え方を学びました。
4. 慎重に卵を巻いていく参加者



## 初めての連句講座

1月22日(日)、ハイトピア伊賀で「初めての連句講座」が行われました。この日はルールをあまり意識せず、楽しみながら連句に挑戦する初心者向けの講座として開かれました。

連句は、前の人が出した句から情景を連想し、次の人が句を付け加える「付け句」をして、複数人で句を完成させます。参加者はグループでアイデアを出し合いながら、和気あいあいと連句を作り上げました。

1. 18句からなる「半歌仙」の形式に挑戦しました。
2. 内容のつながりや季語を意識して句を作り上げました。
- 3・4. グループで協力しながら、初めて触れる連句の世界を楽しみました。



## 第63回伊賀地区駅伝競走大会

1月29日(日)、ゆめが丘で「第63回伊賀地区駅伝競走大会」を行いました。3年ぶりの開催となる今回は、男子の部・女子の部・男女混合の部の3部門に44チームが参加しました。

この日は絶好の駅伝日和となり、参加者はチームの思いを込めたタスキをつなぎ、1区から5区までの合計15.1kmを走りました。各部門の優勝チームは次のとおりです。

男子の部：おまたせリアルプロダクト  
 女子の部：いがっ娘～FUNラン♪  
 男女混合の部：アクアクレージュ・ビューティ2



- 1・2. 声をかけあいながらタスキをつなぎました。
- 3・4. 多くの選手がゴールまで懸命に走り抜きました。

## 伊賀の伝統文化 親子体験フェスタ

2月4日(出)・5日(日)、ハイトピア伊賀で「伊賀の伝統文化親子体験フェスタ」を行いました。参加した親子は、伊賀焼、伊賀くみひも、和菓子づくりを体験し、講師の説明を聞きながら協力して作品を作り上げました。また休憩時には手裏剣打ち体験のほか、かたやきや田楽の調理過程の見学や振舞いがあり、参加者はさまざまな伊賀の伝統文化を楽しみました。



1. 伊賀くみひも体験では、キーホルダーやプレスレットを作りました。
2. 和菓子体験では、花などをモチーフにした練り切りを作りました。
3. 伊賀焼体験では、皿やコップなどの作陶に挑戦しました。
4. 食文化の振舞いブースでは、実際に調理する様子を見学しました。

### ホームランドリー化計画 Rinnai 乾太くん

ガス衣類乾燥機

**家事をもっと時短化**  
2回目の洗濯をしている間に1回目の洗濯物が乾きます。

**嫌な生乾き臭をカット**  
気になる衣類の悪臭をガスの温風で除去  
毎日使っても安心の低コスト

洗濯物5kgで **約52分**

菌の減少率 **99.9%**

※データはリンナイ総合カタログ2022Nより引用

あなたとともに、未来へ—— 伊賀市上野茅町2706  
☎0595-21-3611  
**上野ガス** UENO GAS  
LINE公式アカウント 友だち募集中  
https://www.ueno-gas.co.jp

未来への約束を、公正証書が守ります！

**終活** ①遺言、②財産管理等委任契約、③任意後見契約、④死後事務委任契約、⑤尊厳死宣言

**離婚** ①養育費支払、②財産分与、③年金分割合意など

**伊賀上野公証役場** 伊賀上野公証役場 検索

三重県伊賀市上野丸之内28番地 ラフォーレビル3階  
電話0595-23-6549(上野市駅から徒歩2分)

伊賀の雨漏りならお任せ！ 散水調査などを行い、雨漏りの原因を徹底説明(無料)し、お見積りします！

**止まらない雨漏りは無い**

雨漏り修理専門 5,000件の調査実績 10年間無料メンテ

FM三重で毎週水曜放送！ 雨漏り18時12分

**情熱リノベーション**

☎0120-246-194  
8:00~20:00(365日対応)  
【本社】津市久居野村町515-3

代表 小河 雨漏り 杉浦士水谷

新たな門出を祝う—

上野天神 三重県伊賀市上野新町二七五五ノ二  
電話 〇五九五(二)〇六一五

お祝いに御赤飯

**有料広告を募集します**

広報いがへの広告を募集しています。広報いがは市内の各戸へ配布するほか、市ホームページに掲載します。

【発行部数】 毎号約3万5000部

【掲載料】 1枠・2万円 (縦5cm×横9cm)

【申込期限】 発行日2カ月前

【問い合わせ】 秘書広報課 ☎22・96636

※掲載広告について不明な点は直接広告主へお問い合わせください。