



本番さながらのステージづくりに挑戦する参加者

舞台裏に興味津々

ホール舞台技術ボランティア講座は大好評

「舞台はこうして作られる」

をテーマに舞台技術を学ぶ、

ホール舞台技術ボランティア

講座を、2月25日から27日の

3日間、町文化センターホー

ルで開きました。

講座には、3日間で延べ21

人が参加。境港市文化振興財

団の角本豊さんを講師に迎え

照明、音響などの基礎や大小

道具づくり、機材操作

に挑戦しました。

また、講座の最終日

には、コンサートを想

定した音響や照明準備

の実演があり、開演か

ら終演までの舞台の流

れについて学びました。

参加者は「めったに

見られない舞台裏を

知ってうれしかったで

す。今度は、ホールの

催しにスタッフとして

参加してみたいです」

と話していました。

図書館情報

カレンダー

4月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

○印が休館日です

展示コーナー

第47回県美術展覧会（県展）
入選作品展（日本画・洋画・工芸・写真）
4/7（水）～4/28（水）

文化センターの催し

琴名流大正琴睡の会演奏会

4月11日（日）

開場 正午

開演 午後12時30分

入場料 無料

桂小文吾師による落語もあ

ります。

アニメ上映 名探偵コナン

4月17日（土）2回上映

上映時間

午前10時30分

午後1時30分

料金

大人 1300円

小人 800円

親子ペア 2000円

図書館の催し

布絵本づくり

4月12日（月）午後1時

木のおもちづくり

4月11日（日）午前9時

おはなし会

4月24日（土）午前11時

日野町食生活改善推進協議会の皆さんオススメ料理④

～家庭で簡単に作れるレシピを紹介～

めん揚げ麺の酢豚風あんかけ

インスタントラーメンにひと工夫

【栄養】

- ▶エネルギー 630kcal
- ▶タンパク質 18.1g
- ▶脂質 28.8g
- ▶カルシウム 229mg
- ▶塩分 6.1g

【材料】 1人分

即席めん（90g）、タマネギ（30g）、ニンジン（15g）、ピーマン（5g）、絹サヤ（3枚）、豚肉薄切り（35g）、ラッキョウ（5g）、干しシイタケ（1g）、タケノコ（ゆで10g）、油（5g）、しょうゆ（5cc）、酒（2.5cc）、砂糖（5g）、ケチャップ（6g）、酢（4cc）、片栗粉（4g）

【作り方】

- ①干しシイタケは水で戻し、薄切りにする。
- ②ニンジン、タマネギ、ピーマン、タケノコは薄く切り、豚肉はひと口大、絹サヤは半分に切る。
- ③フライパンに油を熱し、豚肉を炒め、①②を炒める。シイタケの戻し汁50ccと調味料を加え、水溶き片栗粉でとろみをつけ、ラッキョウを加えて火を止める。
- ④即席めんを油でさっと揚げる。手で割って器に盛り③をかける。

