

天高く馬肥ゆる秋。秋は、空気も澄んでいて空も高く感じられ馬も肥えるような収穫の季節という好時節を意味する言葉です。これから寒河江産の、野菜や果物、山菜など美味しい食物がたくさん収穫されます。まさに食欲の秋です！

「寒河江まつり」をはじめ近隣の市町村では、河北町「谷地どんがまつり」、朝日町「ワインまつり」、大江町「秋まつり」と祭り一色になります。ぜひ足を運んでみてください。

### 東日本大震災ドキュメンタリー特集ともにある Cinema with Us 2013

原発事故という、未曾有の体験とそこから生まれ続ける課題を改めて見つめ伝えていくプログラムになっています。作品は『夢を生きる』『遺言～原発さえなければ～』『仙台の下水道災害復旧』他、全部で15作品上映されます。

期 間：10月10日(木)～17日(木)

場 所：山形美術館 (山形市大手町1-63)

料 金：1回券 前売券 1,000円 当日券 1,200円(シニア料金1,000円)

3枚つづり 前売券 2,500円 当日券 3,000円

10枚つづり前売券 6,000円 当日券 8,500円

※高校生以下は無料です

チケットぴあ⇒ Pコード:464-892

コンビニエンスストア⇒ セブンイレブン、サンクス

その他⇒ 復興ボランティア支援センター(山形市松山三丁目14-69 FM山形ビル1階)

詳しい内容は⇒ <http://www.yidff.jp/home.html>



#### 司法書士無料相談所

震災により住宅・自動車などのローン返済、生活に関する悩みの相談や情報提供を行っています。お気軽に相談してみてください。

日 時:9月19日(木)・10月17日(木)

18:00～20:00

場 所:フローラ・SAGAE

問合せ:山形県司法書士会

TEL 023-623-7054



#### 健康相談

心や体がすぐれない、健康診断の結果についてなど、保健師と栄養士による健康相談です。電話相談や保健師の訪問相談も行っていますので、まずはお電話してみてください。

日 時:毎週木曜日 9:00～11:30

場 所:ハートフルセンター

問合せ:寒河江市健康福祉課市民健康係

TEL 0237-86-2111 内線624～626

\*相談は無料、予約は要りません。



本山慈恩寺本堂

## 史跡 慈恩寺

国史跡指定(歴史上または学術上価値が高いと認められ保護が必要なもので、日本国および地方公共団体が指定したもの)に向けて、来年は貴重な秘仏が大々的に御開帳される予定です。

### 若返り信仰 ← 知っていますか？

慈恩寺には、鉢(鑄鉄仏餉鉢 県指定文化財)に頭を入れて祈願すると「美人・若返り・ボケ防止」になるとされています。拝観される女性のほとんどのの方が頭を入れていくそうです。行った際にはぜひ立ち寄ってみてください。

### ひがなばな俳句大会・茶会(野点)

彼岸花の咲く景色の中で、俳句を詠んでみませんか。また、境内では茶会も開かれます。

日時: 10月5日(土) 10:00~

場所: 本山慈恩寺境内、寺務所



### アспортさがえスポーツ教室

【親子トレッキング教室】

日時: 9月21日(土) 文化センター7:30集合

コース: 蔵王連峰地蔵山から熊野岳、刈田岳

經由して刈田駐車場まで

参加料: 3,500円(交通費含む)

申込み・問合せ: アспортさがえ事務局

(市民体育館) TEL 0237-86-5113

### グラウンド・ゴルフ体験会

日時: 9月22日(日) 9:00~11:00

会場: チェリーランド河川敷公園

対象: 小学3年以上 先着20人

参加料: 300円(保険料含む)

申込み: 9月15日(日)まで

市民体育館 TEL 0237-86-5113

### 柳田邦夫氏 読書講演会

絵本に秘められた文学性・芸術性を再発見して以来「大人たちこそ絵本を」「ケータイより絵本を」「絵本は子育てのバイブル」等のキャッチフレーズで全国各地への講演で語り続けられています。

日時: 10月6日(日) 13:30~

会場: ハートフルセンター多目的ホール

申込み・問合せ: 寒河江市立図書館

TEL 0237-86-1662

### 後期ランニング教室

“スポーツの秋”さわやかな寒河江川のほとりをランニングしてみませんか!

日時: 10月6日(日)・20日(日)・27日(日)

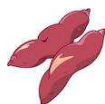
11月3日(日)

場所: 寒河江川サイクリングロード外

参加料: 1,800円(保険料含む)

申込み: 9月29日(日)までに

寒河江市民体育館 TEL0237-86-5113



### さつま芋の茶巾しばり



#### 材料

・さつま芋・・・1本(約200g)

A {  
・砂糖……………大さじ1  
・バター……………小さじ1  
・牛乳……………大さじ1

#### 作り方

1. さつま芋は、皮をむき2cmの輪切りにして、水にさらす。
2. 鍋に水と①を入れ、中火で煮る。柔らかくなったらお湯だけを捨て鍋を揺すりながらさつま芋の水分をとばす。
3. ②のさつま芋をつぶし、熱いうちにAを入れて混ぜる。
4. 適当な大きさに丸めラップで包み、茶巾にしばる。

