

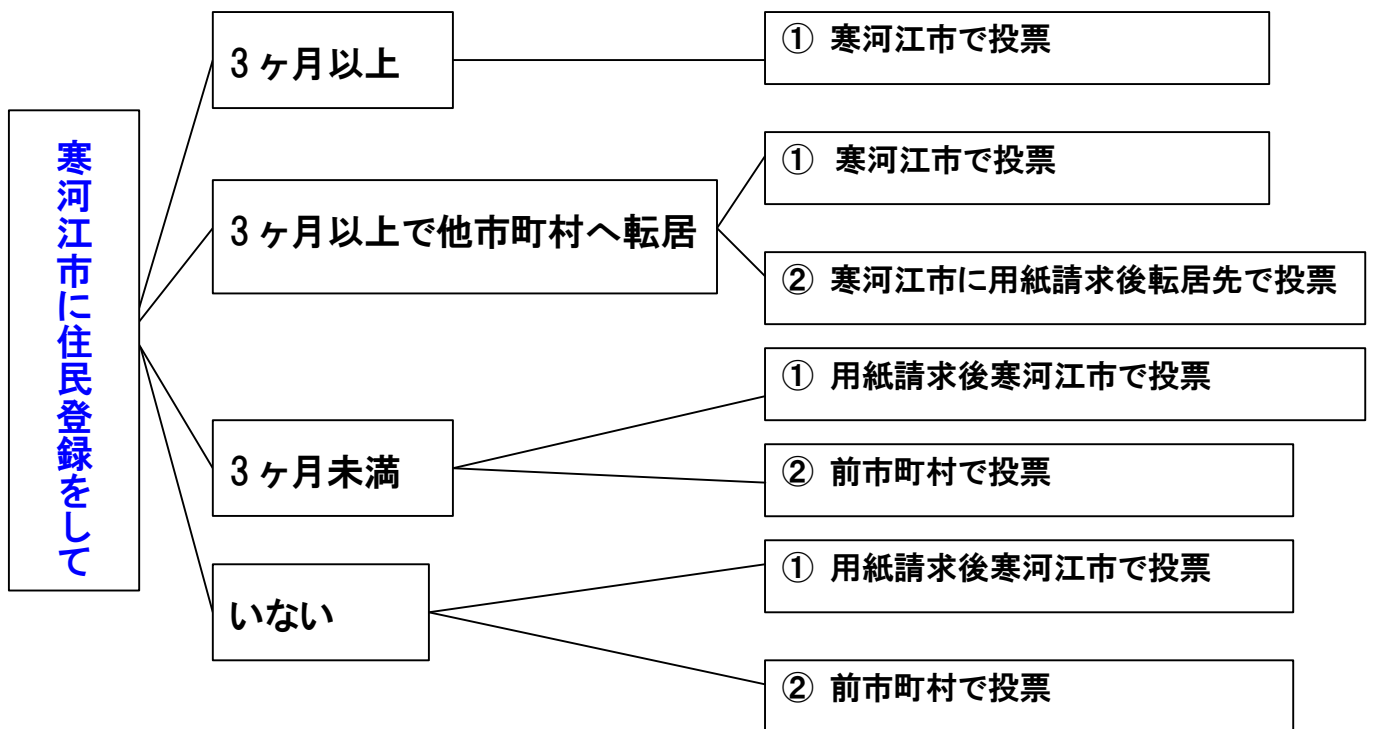
7月7日は、桃の節句や端午の節句と並ぶ五節句のひとつ「七夕」です。年に一度、彦星と織姫が逢うことが出来るという伝説の夜空にきらめく天の川。忙しい日々ですがたまにはゆっくり星空を見上げてみたいものです。

ミュージカル「アルプスの少女ハイジ」の無料招待券まだありますので、観覧される方は文化センターでチケットをいただいでください。IDカード持参お忘れなく。

### 参議院議員選挙

わざわざ避難元に戻らなくても寒河江市で投票できます。寒河江市選挙管理委員会からのお知らせをよくご覧になって投票に参加しましょう！

**問 合 せ 寒河江市選挙管理委員会事務局 TEL 0237-86-2111 (内線 433)**



### 慈恩寺のライトアップと蛍



“つながろう 22号”でお知らせした慈恩寺三重塔と山門のライトアップが始まっています。また、慈恩寺の入り口にある田沢川で今年も『蛍』が飛び始めました。約1ヶ月間観賞出来るそうなので去年行けなかった方も足を運んでみてはいかがでしょうか。

ライトアップ 7月15日(月)まで 時間 19:00~21:00

## 金沢翔子書品展

世界遺産の「平泉中尊寺」や「安芸の宮島嚴嶋神社」など全国各地で個展を開催しているダウン症の女流書家、金澤翔子さんの書品展が行われます。寒河江八幡宮でも増改築の際に書を依頼したのがきっかけで毎年開かれています。屏風仕立ての力強い書を是非ご覧ください。

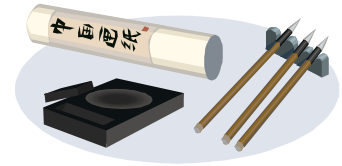
日時：7月19日(金)～7月28日(日) 9:00～16:00

会場：寒河江八幡宮 参集殿 大広間

TEL 0237-86-6258

入場料・前売り：一般400円 中高生300円

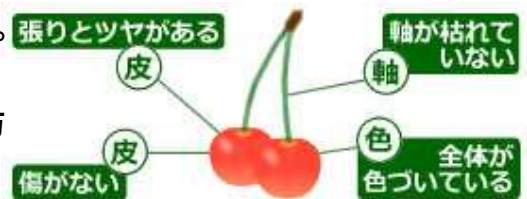
(当日 一般500円 中高生400円) ※小学生以下、障害者は入場無料



## サクランボの栄養と効能

今年も美味しいサクランボが食べられる季節になりました。サクランボにはカリウム・葉酸など栄養がたっぷり入っています。また疲労回復・高血圧予防・動脈硬化予防・貧血予防と様々な効能があります。

## 見分け方



## 代表的なもの

### 佐藤錦

一番人気の品種。甘みと酸味のバランスがよく食味も優れている。

### ナポレオン

粒はやや大粒のハート型。果肉はクリーム色で果汁が多くほどよい酸味があります。

### 紅秀峰

「佐藤錦」と「天香錦」を交配したもの。酸味が少なく糖度が高いため甘いサクランボと人気。

### 高砂

果肉は乳白色で果汁が多く、適度な酸味とほどよい甘さがあります。

## 作ってみよう

### サクランボ酒

1. ジクを付けたまま洗い水分をよくとる
2. サクランボと氷砂糖を交互にビンに詰める
3. ホワイトリカーを入れる
4. 2～3ヶ月寝かせる

### サクランボのジャム

1. ジクを取りサクランボを洗う
2. 鍋に入れ弱火にかける
3. いったん火を止めて種を取る
4. 砂糖を入れて煮詰める

## せせらぎフェスティバル in 高松堰

ニジマスやどじょうのつかみ取り、つかまえた魚はその場で焼いて食べられます。その他に「うこぎ」を使った「うこぎご飯」や「山菜汁」など振舞われます。水路を利用したチューブスライダーも楽しめます！

日時：7月15日(月)海の日 10:00～12:00

場所：高松堰親水公園(谷沢地区)

料金：無料 ※チューブスライダー水着持参

## 総合公園屋外プールオープン

今年も天童市の山形県総合公園屋外プール無料です。(付き添いの方も)

期間：7月13日(土)～8月25日(日)

時間：10:00～18:00

問合せ：やまがたスポーツパーク山形

TEL 023-655-5900

※IDカード持参してください