

毎回とても人気の「子どもお菓子作り教室」。今月号の記事でも取り上げましたが、今回作った「カップケーキ」のレシピをご紹介します。

フワフワなシフォン生地のカップケーキが簡単に作れるので、参加できなかった人も、ぜひ作ってみてください。

### メレンゲの簡単裏技

卵白は10~15分程冷凍して(表面と周りが固くなるくらい)軽くほぐしてからハンドミキサーで泡立てると5分程でメレンゲの完成!

### 作り方

**準備** オーブンを180℃に予熱する

①卵を卵黄と卵白に分けます。卵白はボウルに入れ、泡立てながら砂糖を3回に分けて加え、メレンゲを作ります。

②メレンゲの角が立ったら①の卵黄を入れてゆっくり混ぜます。(ハンドミキサー使用時は低速で)

③全体がなじんだら薄力粉、ベーキングパウダーをふるい入れ、ゴムべらで切るように混ぜます。さらにサラダ油と水を加えて混ぜます。

④生地を型に流し入れます。(膨らむので入れすぎ注意!型の6分目程を目安に) 180℃のオーブンで13~15分焼き、粗熱をとります。

後は自由にトッピングを楽しんで!

## おうちでモカッブケーキ

### 《材料》

マフィン型 6個分	
卵(Mサイズ) 2個	
砂糖 40g	
薄力粉 40g	
ベーキングパウダー 小さじ1/2	
サラダ油 大さじ1	
水 大さじ1	
バニラオイル 4滴	

教室では米油やきび砂糖などを使用した、優しい甘さのカップケーキに仕上げました

※先生が自分のレシピを「子どもお菓子作り教室用」にアレンジしたものなので、とても作りやすいレシピになっています

暖かい日が続く今年の冬。気象庁の長期予報によると、2024年1月から3月までは全国的に気温が平年より高くなる見込みだそうです。

そんな暖かさにつられたのか、もうチューリップのかわいい芽がちょっと顔を出しました。

これは、12月半ばに多目的研修センターの花壇に植えたものです。チューリップの球根が芽を出すのは、一般的に少し暖かくなる2~3月ころなので、こんなに早く芽が出て大丈夫か心配になりますが、チューリップの球根は寒さに強いそうで、新芽が早めに出てきても、それほど心配しなくても大丈夫なようです。

早めに出てきたあわてんぼうさんは、何色なのか今から楽しみです。

### 新公民館長が決まりました

12月に公募していました、豊里公民館の新しい館長に、本間利政さん(鴨波)が決定しましたのでお知らせします。

## すぐそばに春が



令和6年  
2月号  
No.130

# TOMOSATO とよさと 公民館だより



「一度にこんなにたくさんの種類を見るのも食べるのも初めて」と、皆さんじっくりと味わいながら、好みのチーズを探していました。

家庭でも普段の食生活にチーズを取り入れて、上手にカルシウムを取りたいですね。

食べ比べしたチーズ。どれもおいしそうです

## 手軽にカルシウム摂取



### いろいろなチーズを体験

カルシウムを含む食品はいろいろあります。チーズは乳製品の中でもカルシウムがとても豊富で、スライスチーズ1枚で、牛乳コップ1/2杯ぐらいのカルシウムが摂取できるところから、おやつやおつまみにピッタリ。

そんなチーズについて学ぼうと、12月6日



なか思うようにいきません。ハンドミキサーは使わず、「自分でやってみる!」と、どの子も積極的。先生のアドバイスを受けながら、少しづつメレンゲが出来上がっていく様子に目を輝かせっていました。

フワフワに焼き上がったカップケーキに、いよいよデコレーションをしていきます。サンタクロースやリースの飾り、イチゴにホイップ

メレンゲに砂糖を加え、まだ続く泡立て作業。コツはつかめたかな



「今すぐ食べたい」とみんな出来栄えに大満足

クリームを使って、とってもかわいいクリスマス仕様のカップケーキが完成しました。



## メレンゲは僕らで

クリスマスに向けてかわいいデコレーションのカップケーキを作ろうと、12月16日(土)、多目的研修センターで「クリスマスデコカップケーキ作り」を行いました。講師は千石めぐみ先生(涌谷)で、27人が参加しました。

ケーキの生地は、メレンゲ作りが大切。卵白を泡立て器で混ぜていきますが、空気を含ませるように混ぜるにはコツが必要で、なか

### 2月 の公民館行事

日 時	行 事 内 容	場 所
3日(土)①10時②13時30分	子どもお菓子作り教室	多目的研修センター 農産加工実習室
14日(日)10時00分	囲碁・将棋サークル	公民館 研修室
22日(木)10時00分	いけばな教室	平筒沼農村文化自然学習館 研修室



## 地域づくり研修会を実施

私たちの住んでいる豊里の歴史を学ぶことで、より身近に、そして新たな魅力を再発見しよう！と、地域づくり研修会を1月20日(土)、豊里公民館中ホールで行いました。テーマは「豊里探訪 藩政後期から明治初め

ころの我が郷土」。講師は地元・長根の佐藤勝義さん（豊里町郷土史研究会主宰、佐沼古文書の会会員）です。先人たちが生活していた昔の豊里へタイムスリップしてきましたので、そのお話を一部を紹介します。

### 潤う沼から豊かな里へ

豊里地域を知る図書は、安永3年風土記御用書に出「赤生津村」「鶴波村」、文政4年旧覚書「赤生津村」、そして今回の研修会で使用した明治中期頃の皇国地誌の一部「宮城県登米郡豊里村地誌」、および近代の「豊里史(上下2巻)」の4誌があり、それぞれに当時の豊里の様子がつぶさに記されています。

昔の豊里が「赤生津村」と「鶴波村」の2つに分かれていたことは知っている人も多いと思いますが、明治7年、「潤沼村」として2つの村が合併してい

た時代がありました。「潤沼」という名前は「潤う沼の恵み」を期待して名付けられたそうです。しかし、わずか4年後にはまた元の名前の村に戻りました。明治22年になり、町村区画更生の際に、

### 人口増え商売でも活気

江戸から明治に移り変わるころの話に戻します。

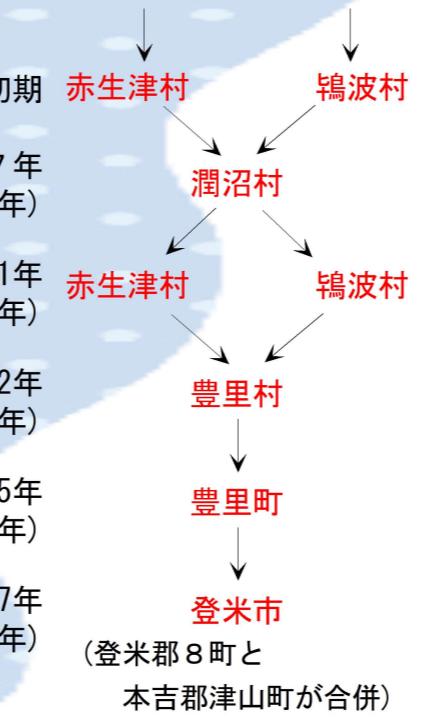
本格的に集落が形作られてきたのは、この藩政時代からです。

明治に入ると人口は自然増加しましたが、水害や生きんなどにより他の地を求めて転居

# 昔を学び 先人の思い後世へつなぐ 今を知る

## 町名の移り変わり

【図1】



明神神社に整備された板碑



講師の佐藤勝義さん

新田、山通の4地区があり、さらに97の団地がありました。

米や麦、養蚕などを主な産物とし、中町では店を連ねて商売する活気のある様子が当時から見られたようです。

安永3年(1774年)、当時の豊里村は人口2,842人、戸数530戸で、その後も人口は徐々に増加し、昭和25年には1万人を超えるました。(【グラフ2】参照)

【グラフ2】



## 長根に市内有数の板碑

えます。

この板碑はもともと、大沢沼(山根)東岡にあつて、愛宕神社に祭られていたものの、いつの間にかこじきのねじろとなってしまったこと

から取り壊され、その際に神明神社(長根)に移設されたのだそうです。

その後、先おととしの令和3年、長根上講中の皆さんの手によって現在のようにきれいに整備されました。

### 大切にしたい地域の力

このように、私たちの豊里町には長い歴史があり、その中で先人たちがさまざまな苦労を何度も乗り越えてきて、今の生活へと受け継がれてきたのではないかと思います。こうした先人たちの苦労を忘れず、尊敬の念を大切に後世へ受け継いでいこう — そんな思いもこの板碑には込めら

れているのではないでしょうか。そして長根上講中の皆さんの協力によって整備されたように、地域の力が集まって物事を成し遂げることは、何につけ多忙な現代において注目されている地域コミュニティの大切さを、改めて考えさせられたような気がします。



**【注釈】**  
板碑(いたび)  
鎌倉時代から安土桃山時代(13世紀から16世紀)にかけて作られた供養塔で、死者の冥福を祈って全国各地で造立されました。形態は板状をしており、最上部は三角形の山形に作られています。江戸時代には途絶え、墓石の建立が一般的となつたことから、板碑は中世を代表する石造物といえます。



登米市内でも古いとされる板碑。高さは約120センチほど