Cooking

レンコンと鶏肉のうまじょうゆ煮

1人分524kcal　塩分3.1g　▷45分

●材料(2人分)

- レンコン……250g
- 鶏もも肉(皮つき)…大1枚(300g)
- ニンニク……2片
- ゆで卵……2個
- サラダ油……大さじ1/2
- Ⓐ 水……1と1/2カップ
- 酒……大さじ1
- 砂糖……大さじ1/2
- しょうゆ……大さじ2
- みりん……大さじ1

［作り方］

❶レンコンは厚さ1cmの半月切りにし、さっと水にさらして水けをきる。ニンニクは縦半分に切る。鶏肉は6等分に切る。ゆで卵は殻をむく。

❷フライパンにサラダ油を中火で熱し、肉の皮側を下にして入れ、3分ほど焼き色がつくまで焼く。ニンニクとレンコンを加えてさっと炒め、余分な脂をふき取る。混ぜ合わせたⒶを加え、煮立ったらあくを取る。落としぶたをして弱めの中火で30分煮る。途中、上下を返す。落としぶたを取り、ゆで卵を加えて強火でさっと煮からめる。

料理・市瀬悦子　撮影・木村拓

Cooking

ナスとホタテの揚げ漬け

1人分398kcal　塩分2.8g　▷15分
*の時間は除く

●材料(2人分)

- ナス……3本
- ホタテ……8個
- ミョウガ……1個
- 青ジソ……2枚
- 片栗粉……適量
- 揚げ油……適量
- Ⓐ だし……大さじ4
- 砂糖……大さじ1
- しょうゆ…大さじ2と1/2
- 酢……大さじ2

［作り方］

❶ナスは縦半分に切って皮側に格子状に浅く切り目を入れ、長さを半分に切る。ミョウガは薄い小口切り、青ジソはせん切りにする。ホタテは片栗粉を薄くまぶす。

❷バットにⒶを入れて混ぜる。

❸170℃の油でナスを2分揚げ、ホタテを1分30秒揚げる。

❹②に③を加えてからめ、10分おく*。器に盛り、ミョウガと青ジソをのせる。

料理・市瀬悦子　撮影・木村拓

☆★ＨＰからもプレゼントのお申し込みができます。
キーワードは「ＡＳＡ川口中央」で検索♪

ASA 朝日新聞サービスアンカー
川口中央　TEL 048-294-0567
FAX 048-294-3334

プレゼント応募要項　＆　応募方法

※応募券を切取り、第１・２希望を記入し官製はがきに貼り付けて下さい。
　応募券無き物不可　あて先も切取り官製はがきに貼り付けて、投函するだけです。
※応募者多数の場合、長期ご購読のお客様を優先とさせていただきます。
※記入もれ、有効期限(７日必着有効)を過ぎた場合には、無効とさせていただきます。
※発表は発送をもってかえさせていただきます。
　ご持参下さっても結構です。電話・Ｅ-mailでの受付は致しておりません。
　応募券をコピーしてのご応募は、無効です。
※ホームページからでもプレゼントを受け付けてます。

【ＦＡＸでプレゼントをご希望されるお客様へ】
応募される際は、拡大・縮小をしないで、住所・氏名等もれなく記入の上、Ｐ８のみを送信して下さい！
送信不備の場合はプレゼントのお届けが出来ない場合があります！！

第２希望まで必ずご記入下さい

①応募券を切取り必要事項を記入して下さい
②官製はがきに貼り付けて下さい
応募券はのりでしっかりと貼り付けて下さい

〒333-0825
川口市赤山２２５
ＡＳＡ川口中央
第１３６号プレゼント応募係

第１３６号プレゼント　応　募　券

第１希望【　　】（　　）
第２希望【　　】（　　）
―コメント欄―

※ご購読者様のお名前をご記入下さい　　ペンネーム記入欄
お名前　　【　　】
ご住所
ＴＥＬ　（　　）

お客様とＡＳＡをつなぐ川口中央のミニコミ紙

ASAわん

☆今月のプレゼント　締め切りは１０月　７日必着有効です☆

①	②	③
六本木 **泉屋博古館東京招待券** R7.11/22～12/21まで 「もてなす美　-能と茶のつどい-」展 住友家歴代の当主たちは、教養として能楽や茶の湯などをたしなむとともに、自ら能や茶の会を主催し客人をもてなすことで、様々な交流関係を築いてきました。本展ではそうしたもてなしの場で用いるために集められた、能や茶にまつわるｺﾚｸｼｮﾝを紹介します ※休業日等はＨＰ等にてご確認下さい ２名様１５組	**朝日新聞** **ミニ防災7点セット** １２名様	**朝日新聞創刊号** ４８名様

展覧会の お知らせ

三井記念美術館 開館20周年

特別展 円山応挙
革新者から巨匠へ

重要文化財「遊虎図襖(16面の内)」 1787年　金刀比羅宮蔵

江戸時代中期から後期にかけて活躍した絵師・円山応挙（1733～95）。本展覧会では、国宝「雪松図屏風」や重要文化財「藤花図屏風」をはじめとする数々の応挙の傑作を展示し、応挙が「革新者」から「巨匠」になっていく軌跡をたどります。香川県の金刀比羅宮から特別出品される重要文化財「遊虎図襖（16面の内）」は、京都にあった三井家が援助をして応挙が描いた作品として知られています。

9月26日(金)～11月24日(月・休)　10月27日(月)休館　※会期中に展示替えがあります
中央区・三井記念美術館　一般1,800円、大学・高校生1,300円、中学生以下無料
■問い合わせ　ハローダイヤル　050-5541-8600
■美術館ホームページ　https://www.mitsui-museum.jp/

＊開催情報が変更になる場合があります。最新情報は、問い合わせ先や公式サイトでご確認ください。

朝日新聞のデジタル版は　宅配購読中の皆様へ

+500円で5倍の情報量!

無限に広がるデジタルの世界

紙面にない記事や動画も

デジタル版には紙面に載せきれなかった記事や写真が盛りだくさん。例えば「令和の米騒動」のニュースは2025年、紙面には16本掲載されていましたが、デジタル版には31本配信されていました。

気になる記事を一気読み

5年分さくっと記事検索

デジタル版では過去5年分の記事が読めます。気になっていた連載を一気に読んだり、キーワードや記者名で検索したりできます。

↓↓お申し込みはこちらから

https://t.asahi.com/asa25us

期待する未来の道具

ドラえもんコミックス１巻でのび太に最初に渡したひみつ道具タケコプター。夢の詰まったこの便利アイテムが実現化したら世界中を旅したいですね。　さな様

歴史好きの人間としては、やはりタイムマシンで過去を旅してみたいです。明智光秀が本能寺の変を起こした理由は？坂本龍馬暗殺の真犯人は誰か？など確かめたい事が山ほどあります。　チャコ様

実現は不可能だと思いますがやっぱり「どこでもドア」ですね。距離という概念がなくなり瞬間移動が容易にできるようになる。移動の時間が無くなると一日24時間を今より有効に使えそうです。　こう様

食べることで日本語が英語や中国語等に勝手に翻訳される「ほんやくコンニャク」数十年経ちこれが実現したポケトーク等の英語翻訳機。便利な時代になりました。　園様

今日から１０月、朝晩はようやく涼しくなってまいりましたが皆様いかがお過ごしでしょうか。
関東では今月の中旬から１２月上旬までが紅葉の見所時期のようで真っ赤に染まるもみじや、美しく輝く黄金色のイチョウ並木など楽しみですね。
そこで今月のお題は**「私の好きな紅葉スポット」**と題し、皆様お気に入りの紅葉スポットや行ってみたい名所を大募集！採用された方にはグルメセットをプレゼント♪沢山のご応募お待ちしております。

【読　者　投　稿】

坂本さんのキャンプ報告楽しみにしています。行きたくても行けないです…。それでも今年は娘の夫婦達と黒部ダムに行って来ました。念願の室堂まで足をのばし、夏の終りの山の花を満喫し超満足でした。ダムは涼しくて最高でした。　ことＰ様

昨年９月１５日に主人が亡くなり、まもなく一周忌です。朝日新聞と日本経済新聞を隅々まで読む新聞大好きな人でした。知識も豊富で、人当たりも良くて会社でも皆から愛され、信頼されていた人でした。私は日経を止めてしましましたが、時々懐かしく思い出します。
じいじのいないばあば様

イラストギャラリー

じいじのいないばあば様

カンパネルラ様

素敵なイラストをありがとうございます♪

子育てにこの一冊

科学漫画サバイバルシリーズ
ＡＩロボット世界のサバイバル２
定価１４３０円(税込)

朝日新聞出版おすすめ！

５月発売の「ＡＩロボット世界のサバイバル１」の続編。

久しぶりに再会したジュノとヤミと一緒に人気モバイルゲームのイベントに参加することになったジオ。ジオたちがゲーム内のミッションを遂行している間、イベントの進行役を務めるＡＩのマーフィーは、現実世界を混乱に陥れようと暗躍する。マーフィーを阻止するため、ジオたちは邪魔をするロボットたちに立ち向かう。ジオたちはＡＩロボット世界でサバイバルすることができるのか。

手に汗にぎるストーリーを読み進めるうちに、いつの間にか科学や理科の知識が身に付き、理系脳が育まれます。

初回限定のスペシャル付録として、指でスケボーが楽しめる「指スケ」が付いてきます！

朝日カルチャーセンターの講座を
オンラインでどこでも
見逃し配信も！
スマホやタブレットで場所を選ばず手軽に学べます。
あなたの興味や関心の高いテーマがきっと見つかります。
詳しくはホームページで　朝日カルチャーセンター　https://www.asahiculture.com

ＡＳＡ川口中央の招き猫
ロンシャン君の不定期日記 vol.134

★プロフィール☆
名　前：ロンシャン君
住まい：川口市赤山
朝日新聞販売店

こんにちはロンシャンです！
１０月になりやっと秋らしい気候になってきましたが皆さんお元気ですか？
今月は運動会やハロウィンなど楽しいイベント盛りだくさんの月ですね。

夏のあいだは暑すぎてあまり外では遊べなかった妹弟も最近は近所の公園で楽しそうに走りまわっていますよ！
外でおトイレする犬さんたちも猛暑の日はお散歩は大変でしたね。
ボクは一年中家の中にいるので、なかなか四季を感じる事は出来ませんが、今月３１日はハロウィンの衣装を着て妹弟とお家でパーティーしようと思います♪皆さん、急に涼しくなりましたので風邪など引かないよう気をつけてくださいね。それではまた来月ロンシャン日記でお会いしましょう！

現場一期一会

「暑さ寒さも彼岸まで」は今も通用するか

朝日新聞立川支局員　山浦 正敬

暑さ寒さも彼岸まで
厳しい夏の暑さも「秋分の日」ごろには過ごしやすくなるという慣用句です。
しかし、暑さは厳しさを増すばかりです。猛暑日が続き、40度超えも相次ぎました。この残暑は、二十四節気の「秋分」ではなく、「寒露（10月8日ごろ）」のあたりまで続くのかもしれません。
厳しくなる自然環境を受け、気象庁の記者会見が生中継で報道・配信される機会も増えています。
7月末のロシア・カムチャツカ半島付近の地震で発令された津波警報も、テレビやネットで記者との質疑応答も生中継です。
一方、筆者が記者になった40年近く前、自然災害は、台風や地震、大雨・雪が中心でした。任地の山陰地方では梅雨末期の集中豪雨で災害が相次ぎました。
紙の新聞はどうしても記事を書いてから印刷・配達に時間がかかります。台風情報を伝えても、読者が新聞を開いた時は青空、という状況もあります。そのため「時間差」を意識して記事を書くのが常でした。
しかし、新聞のデジタル版も含めてリアルタイムの時代です。いま何に警戒しなければならないかが重要です。命に危険を及ぼすような気温は短い時間で刻々と変化します。ますます気象庁の分析と予報が大切になっているのです。
さて、冒頭の慣用句は別の意味にも使われます。
「大変なことでもいつかは乗り越えられる」
ここでも残暑のように、境となる時期が「彼岸」から「寒露」へと先延ばしにならないことを切に願います。

寝ても覚めてもすぽーっ！

モンスター・スタジアムの秘密

朝日新聞論説委員　西山　良太郎

福井県営陸上競技場は収容１万６千人と小ぶりですが、ファンには知られた存在です。２０１７年に陸上男子１００㍍の桐生祥秀選手が日本選手初の９秒台となる９秒９８を出しました。

これにちなんだ「９・９８スタジアム」の愛称とは別に、「モンスター・スタジアム」の異名もあります。

実は、ここで生まれた日本記録は一つではありません。２年後の「アスリート・ナイト・ゲームズ・イン福井」第１回大会で、男子走り幅跳びなど３種目でタイを含め４回も日本記録のアナウンス。昨年は男子砲丸投げの奥村仁志選手が、今年は男子１１０㍍障害の村竹ラシッド選手が日本新をマークしました。

好記録の最大の演出者は風です。スプリント系種目は追い風２㍍を越すと参考記録です。元々地形的に夏は追い風が吹きますが、１７年に大型映像装置を設置すると流れが安定。２㍍以下に収まることが増え、記録ラッシュが始まりました。

しかし、風だけが理由ではありません。通常のスタンド席に加え、フィールド内にも観客席を設置。競技の一瞬一瞬を共有できるよう、手が選手に触れそうな距離まで観客を招き入れ、ＤＪのメリハリの効いた案内と音楽との相乗効果で、会場を一体化させる工夫が印象的です。

主催者はクラウドファンディングの活用で運営資金を集め、多額ではなくとも成績上位者への賞金も設けています。そんな試みの積み重ねが、選手を後押ししているように見えます。

地域の手作りによる競技会として、一つの理想郷ではないでしょうか。