

literary work

うたごよみ ～長月～

「短歌」

塚原暁益 選

梅雨あけて暑さきびしく疲れをり

育てし花に元気もらえり

赤星 文子

初盆つまつまに夫の好みし酒供え

遺影の前に読経続く

池田キヨ子

久々に鈍行列車の旅に出て

幼き日々に思いを馳せる

緒方 明美

泡玉を幾つも作り流れゆく

うるおいの雨早苗生きづき

赤星 延子

今日もまたコロナ感染ニュースあり

マスク暮らしも日常なるか

内田乃武子

「可愛いね」赤ん坊知らず手から手へ

抱かれて足も手もゆらゆらと

吉永由紀子

この夏は猛暑つづきで十五夜の

月の光も熱おびて見ゆ

塚原 暁益

■お問い合わせ先 町教育委員会公民館事務局
☎096・234・2447 (内線321)



「肥後狂句」

北川直美 選

こやらしか

浴衣姿でハイポーズ

広田みどり

こやらしか

ママにお土産つくしんぼ

下山 千恵

こやらしか

もみじの手てで耳触る

志垣 光

こやらしか

カメラに寄ってピースする

佐藤 葵

こやらしか

見とるだけでん飽きんばい

平井やよい

こやらしか

他所の孫にも遣い銭

長原 産賀

こやらしか

三步進んでハイハイし

光永 六

こやらしか

靴隠し帰るなと孫

井元あざみ

こやらしか

おまけの品も入れておく

日高 美里

こやらしか

我が孫ながら可愛くて

上田 梅清

こやらしか

こら大物になるどねえ

中村 南幸

こやらしか

ポニーテールでおませちゃん

北川 直美

※「こやらしか」は、甲佐弁で「思いやりの感情を持つ」「動作が可愛い」の意

ひとの動き

7月11日(火)～8月10日(木)届出

お誕生

住所	氏名	性別	世帯主
有安	山下陽麻莉 ^{ひまわり}	女	賢祐
麻生原	福田隆成 ^{りゅうせい}	男	誠志朗 ほか2人

ご結婚

今月の婚姻夫婦 2組

お悔やみ

住所	氏名	年齢	世帯主
糸田	大塚八さ子	97	八さ子
白旗	井芹和子	85	登
西寒野	有村邦子	78	幸洋
津志田	森口日佐子	98	健
早川	山下ツヤ子	74	ヒサ子
麻生原	北野千鶴子	91	良一
坂谷	山下佳入利	76	黎子
田口	和田盛義	86	節子
世持	園田イツ子	90	由美子
上早川	溜淵キク	101	安人
豊内	小松丸せい子	90	せい子
芝原	里形幸次郎	90	久美子
仁田子	田上誠	71	雅子 ほか4人

Let's make health

甲佐の野菜で作ってみよう！

秋ナスの酢の物

レシピ提供：料理研究家 沼田峰子さん（北原区）



【材料】

ナス	2本
青シソ	3枚
カニカマ	1パック
米酢	大さじ2
薄口しょう油	大さじ1
砂糖	小さじ2
赤酒	小さじ1
ゴマ油	小さじ2

【作り方】

- ①洗ったナスにフォークなどで2～3カ所穴をあけ、1本ずつピッタリとラップで包みます。
- ②①のナスを1本ずつ600ワットの電子レンジで3分間加熱した後、ラップをしたまま冷やします（急ぐ場合は水につけて冷やします）。
- ③ボウルにすべての調味料を入れ混ぜます。
- ④ナスが冷めたらヘタを取り、縦に細長く割きまします（長い場合は半分に切り、割いてください）。
- ⑤③に④のナスと細く割いたカニカマを合わせたら完成です。

※食べる直前まで冷蔵庫で冷やしましょう。

ご存じですか？

ナスに含まれるカリウムは、高血圧の予防やむくみの解消に役立つってご存じですか。旬の時は採れたてナスをたくさんもらったり、お店でも安く買えたりしますよね。そんな時は上手に保存して、無駄なく食べましょう。

【ナスの保存方法】

- 1、【作り方】の①、②の作業後、冷めたら密閉の袋に入れて保存。
- 2、ナスを5～6ミリの輪切りにしてサッと水につけアクを抜き、水気を拭き取ったらザルに広げて2～3日干します。カラカラになればOK。

台湾と本町の、中高生の国際交流の取材では、生徒同士が自国語を話しながら身振り手振りをを使い、一生懸命に自分の想いを伝える様子が見られました。外国人に話しかける一歩を踏みだせない人もいるなか、言葉の壁を進んで超えようとする生徒たちは本当にすごいと思いました。

私は今まで何度か外国人に話しかけることのできる場面に遭遇しながらも、結局話しかけることができずに終わっていた経験があります。「彼らのように一歩を踏み出せるように頑張ります。」

(志)

編集後記

まだまだ暑さが厳しい日が続いています。こまめな水分補給を徹底し、エアコンや扇風機の使用など熱中症対策を心掛けましょう。

ふるさと甲佐 応援寄附金

▶ご寄附いただいた皆様

お名前	ご住所
・江本 秀斗様	東京都
・山口 修司様	東京都
・志村 隼人様	神奈川県
・豊嶋 直也様	神奈川県

ほか多数

▶令和5年度寄附金額合計

3億8975万円

(7月31日現在)

■お問い合わせ

町企画課

☎096-234-1154

ふるさと納税の
詳細はこちらを
チェック！▶

