

literary work

うたごよみ ～神無月～

「短歌」

塚原曉益選

暑い中孫等とそろい墓参り

皆元気に吾も元気に

赤星 文子

木陰から夏の終りに吹く風か

背にはやさしくしばし安らく

吉永由紀子

離れ住む曾孫の動画ラインにて

可愛い仕草繰り返し見る

池田キヨ子

のんびりと暮らした昭和のよき時代

今は何がどこかが違う

内田乃武子

カシューツと歯ごたえあった初リンゴ

気付かぬ内に秋半ばなり

赤星 延子

甲子園負けを知らずの優勝に

慶応球児地元への誇り

緒方 明美

何時の日に滅亡なるかコロナ菌

予防接種の予約取れたり

塚原 曉益

■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

ばさらっか

茶碗ないつも新しか

広田みどり

ばさらっか

離婚の道の見え隠れ

下山千恵

ばさらっか

花嫁修業間に合わん

志垣 光

ばさらっか

御亭の料理も美味かたい

佐藤 葵

ばさらっか

和服の時ア小股ばい

平井やよい

ばさらっか

大匙 小匙 目分量

光永 六

ばさらっか

パジャマで過ごす定年後

井元あざみ

ばさらっか

歯で噛み切らす菓子袋

日高 美里

ばさらっか

日にち毎日同じ服

上田 梅清

ばさらっか

纏れた恋アやおいかん

中村 南幸

ばさらっか

敬語使うた事ツが無ア

北川 直美

※「ばさらっか」は、甲佐弁で「い加減」、「粗雑」、「荒っぽい」の意

ひとの動き

8月11日(金)～9月10日(日)届出

お誕生

住所	氏名	性別	保護者
田口	遠山 遥 ^{はるか}	女	彰

ほか7人

ご結婚

	住所	氏名
[夫	人吉市	野々口貴喜
	田口	福島 早貴

ほか3組

お悔やみ

住所	氏名	年齢	世帯主
船津	日隈 昭	78	信 恵
上揚	橋本 光子	97	光 子
南三箇	井手ユキエ	95	ユキエ
仁田子	佐藤隆太郎	91	康 裕
上早川	甲斐 弘子	90	國 廣
岩下	伊藤 英子	87	桂 子
南三箇	長原 昌美	86	廣 子
府領	山口 俊明	73	良 子
上早川	甲斐 次雄	98	國 廣
田口	竹村 憲幸	90	浩 二

ほか5人

Let's make health

甲佐の野菜で作ってみよう！

焼き椎茸の炊き込みご飯

レシピ提供：料理研究家 沼田峰子さん（北原区）



【材料（3～4人分）】

米 …… 2.5カップ
生シイタケ …… 8枚
濃い口しょう油 …… 大さじ2.5
赤酒 …… 大さじ1.5
塩 …… ふたつまみ
塩水 ……
塩こさじ1 + 水3カップ

【作り方】

①シイタケの軸の根元を切ったら、塩水でサッと洗い傘の部分に塩をパラパラと振り、魚焼きの網で焦げ目が付くまで焼きます。
②お米を研いだらザルにあげておきます。
③②に調味料と①のシイタケを手で割いて加え、スイッチを入れます。
④炊き上がったたら十分に蒸らし、切るように混ぜたら出来上がり。

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
・鈴木 麻子様	東京都
・岩立 康也様	熊本県
・迎 真由美様	東京都
・安藤 敏 様	東京都

ほか多数

▶令和5年度寄附金額合計

5億3821万円
(8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！▶



ご存じですか？

シイタケ特有の栄養素にエリタデニンというものがあります。これは、血中の悪玉コレステロール値を下げたり、血圧を低下させるなどの効果が期待できます。骨粗しょう症の予防や生活を習慣病の予防にも最適な食材といえるでしょう。

低カロリーなのに栄養豊富なシイタケは、胃や腸で膨らんで腸を刺激します。それによって便秘対策になるってご存じでしたか。

甲佐で頑張る人を紹介する「こうさスタイル」。今月号では、甲佐高校のクライミング部をご紹介します。

今回の取材で私は、初めて身近でスポーツクライミングを見ました。部員の皆さんの登る姿は、躍動感がありかつこよかったです。なによりもクライミングが大好きという様子がインタビューから伝わってきました。

取材しているうちに私もクライミングに興味が湧きましたので、1度体験したいと思います。

9月半ばに、甲佐高校生2人が町企画課にインターンシップに訪れ、広報紙の作成業務を行っていただきました。高校生が企画から取材、記事作成まで行った特集は、来月号に掲載予定です。

(志)

編集後記