

## literary work

うたごよみ ～霜月～

### 〔短歌〕

一人去り二人去りして公園は  
静まり返る秋の夕ぐれ

赤星 延子

彼岸花十日遅れの満開に

異常気象をあらためて知る

緒方 明美

台風の雨降りやまず不気味なる

サイレン響き放流告げる

岡部 律子

暮れる頃一人になりし吾の為

レシピを添えた秋ナス届く

内田乃武子

老夫婦二人住まいの古民家は

空き家になりて鳶のみ茂る

池田キヨ子

大雨で又瓦礫と化す被災地の

能登の復興遠くなりゆく

吉永由紀子

塚原曉益 選

### 〔肥後狂句〕

とぼくんな

口にやあんこをひつつけて

北川直美 選  
広田みどり

とぼくんな

若っかつもりは続かんぞ

下山 千恵

とぼくんな

クラウンなんてまだ早か

志垣 光

とぼくんな

裏金有れば石川へ

平井やよい

とぼくんな

こぎゃん証拠の揃うても

光永 六

とぼくんな

秘書が出て来て幕となる

井元あざみ

とぼくんな

母に告げ口したくせに

日高 美里

とぼくんな

酒のせいとは言わせんぞ

上田 梅清

とぼくんな

そぎゃんも言えん取調べ

北川 直美

■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)

## ひとの動き

9月11日(水)～10月10日(木)届出

### お誕生

| 住 所 | 氏 名   | 性別 | 保護者 |
|-----|-------|----|-----|
| 麻生原 | 鳴川美姫羅 | 女  | 光 星 |
| 芝 原 | 中村 優  | 男  | 祐加子 |

### ご結婚

| 住 所  | 氏 名 |       |
|------|-----|-------|
| 夫    | 益城町 | 森田 蓮  |
| 妻    | 有 安 | 白石 星奈 |
| ほか1組 |     |       |

### お悔やみ

| 住 所  | 氏 名   | 年齢  | 世帯主 |
|------|-------|-----|-----|
| 仁田子  | 立野アサ子 | 92  | アサ子 |
| 津志田  | 堀ヨシ子  | 85  | 亨   |
| 坂 谷  | 伊藤 弘巳 | 83  | 弘巳  |
| 芝 原  | 中林シズ子 | 93  | シズ子 |
| 上早川  | 野仲ミエ子 | 96  | ミエ子 |
| 仁田子  | 直井 邦子 | 79  | 仁志  |
| 船 津  | 日隈ケイ子 | 100 | ケイ子 |
| 中横田  | 宮邊ミヨシ | 101 | 昌美  |
| 船 津  | 仲原マサ子 | 85  | 正照  |
| 豊 内  | 松丸 正行 | 94  | ケサヨ |
| 東寒野  | 井芹 昭憲 | 94  | ヤス子 |
| ほか6人 |       |     |     |

#### ●お詫びと訂正

10月号の2ページ「人のうごき」の総人口に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

(誤) 9,981 人

(正) 9,989 人

## 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 |
|---------|-----|
| ・松元 明子様 | 東京都 |
| ・見田 悟様  | 愛知県 |
| ・緒方 正樹様 | 愛知県 |
| ・今西 鉄也様 | 愛知県 |
| ・花田 公一様 | 福岡県 |
| ・平井 健一様 | 福岡県 |
| ・畠山 一洋様 | 宮城県 |
| ほか多数    |     |

#### ■お問い合わせ

町地域振興課

☎096-234-1154

ふるさと納税の詳細はこちらをチェック!▶



## Let's make health

甲佐の野菜で作ってみよう!

## 秋ジャガでタラモサラダ

レシピ提供: 料理研究家 沼田峰子さん(北原区)



### 【材料】

ジャガイモ……2個(250g)  
たらこ……………1/2腹  
マヨネーズ…………大さじ5  
おろしニンニク…………少し  
塩・コショウ…………少々

### 【作り方】

- ①ジャガイモはよく洗い皮ごとラップで包み、電子レンジで3分加熱する。そのまま上下をひっくり返しさらに2分～2分半加熱する。
- ②火傷に気を付けながら、熱いうちに皮をむき、ボウルに入れてフォークなどでつぶし、そのまま冷ます。
- ③明太子に切り目を入れて、包丁の背で身をこそげ出し②のじゃがいもと混ぜ合わせ、マヨネーズと塩コショウで味を調えたら出来上がり。

### ご存じですか?

秋じゃがいもには多くのビタミンCが含まれていて、感染症予防やストレスから守ってくれる効果があります。

また、女性の大敵であるシミは抗酸化作用のおかげで防いでくれますし老化防止にも一役かってくれています。

ただ問題は水に弱いということです。長時間水に晒したり浸けておくと、大事な栄養が流れ出してしまうため注意が必要です。今回のように電子レンジでの調理は水を使わないので、栄養が流れだす心配はありません。

日暮れるのがすっかり早くなり、木々の色付きに秋の深まりを感じる季節になりました。今月号では、先日開催された甲佐の市についてお伝えしています。歩行者天国となった商店街一帯に並んだ店舗には、レトロな雑貨や古着、かわいいアクセサリーなどさまざまな品物が店棚や路上に所狭しと陳列されていました。多くの家族連れや若者が来場し、活気あふれた1日になり、私も楽しく過ごすことができました。

今月は、もう一つの秋のイベントである産業文化祭が開催されます。今回取材させていただいた方たちの作品展示やステージ発表もありますので、ぜひお越しいただければと思います。

(ゆ)

編集後記