

ひとの動き (敬称略)

3月11日(火)～4月10日(木)

birth お誕生おめでとう

住所	氏名	性別	保護者
緑町	中村弥佳子	女	高典
中横田	田上悠葵	女	和孝
府領	武内千周	男	秀二

marriage ご結婚おめでとう

住所	氏名
夫 熊本市	永田 匡孝
妻 下横田	外村真莉子
夫 船津	井元 正
妻 八代市	山本 理恵

condolence お悔やみ申し上げます

住所	氏名	年齢	世帯主
豊内	堀 確	87	伸子
岩下	蛭原 参男	84	めい子
早川	畑田 茂	89	金井利明
津志田	大友 和義	61	はるみ
西原	田上 末年	81	道子
中横田	田中チエ子	98	健
豊内	北里マツメ	92	友子
津志田	清村 敏治	87	タツメ
府領	宮崎 菊枝	92	菊枝
豊内	鬼塚キクイ	90	晃
豊内	佐野 次信	86	宇信
白旗	山下喜代子	89	喜代子

data 甲佐町の人口・世帯数

項目	数	増減
男	5,352	△30
女	5,998	△35
計	11,350	△65
世帯数	4,278	3

平成26年3月31日現在

こうさの野菜で作ってみよう!



レシピ提供：料理研究家 沼田峰子さん（北原区）

春キャベツのスープ

3分知であか?

春キャベツは胃腸を調え、シミ・ソバカスの予防に役立つ野菜です。イソチオシアネートという成分などに、インフルエンザや花粉症のウイルスなどを体外に追い出す効果があると言われていています。ビタミンCなど水に溶け出しちゃう栄養や成分も、汁ごと食べればOK。たくさん旬のキャベツを味わってください。



材料－4人分－

春キャベツ	1/2
豚ひき肉	100g
新玉ネギ(小)	1個
豆乳	2カップ
スープの素	2個
塩コショウ	少々

作り方

- ①キャベツはよく洗い、ザクザクと食べやすい大きさに切る。
- ②玉ネギは半分に切り、薄切りにします。
- ③②の玉ネギから少しだけとり、みじん切りにしましょう。
- ④豚ひき肉に塩・コショウを少々振り、みじん切りにした玉ネギを加え肉団子を作ります。
- ⑤鍋に水2カップとスープの素①のキャベツ、薄切りにした玉ネギを入れ強火にかけます。
- ⑥沸騰してキャベツがしんなりしたら、④の肉団子を加える。蓋をして中火に落とし、肉に火を通すこと。
- ⑦肉に火が通ったら、最後に豆乳を加え塩・コショウで味を調えます。火を通しすぎないように注意してください。

編集後記

春はたくさんの人や物事に出会いはじまりの季節です。新入生や新社会人など新しいことを始める方がたくさんいると思います。私は今月号から広報紙の編集に携わるようになり、取材や原稿執筆などに取り組んできました。

たった少しの文章でも何時間もかかってしまい、原稿を書くことの難しさを痛感しました。

取材に行った際も思うような写真が撮れなかったり、メモを取るのをすっかり忘れていたり、と失敗続きの1か月でしたが、上司や先輩に指導していただきながら何とか乗り越えることができました。

これからも取材に快く応じていただいた方の貴重なお言葉や、その時期ならではの町の出来事などを皆さんに伝えていきたいと思えます。来月号もどうぞよろしく願います。(み)