



8月3日(金)「くまもと 早ね・早おき いきいきウィーク」の一環で、くまモンと規則正しい生活習慣に関するクイズに挑戦した白旗小の児童たち

うたごよみ ー 神無月 ー

【短歌】

渡辺幸士 選

感動を与えてくれしスポーツにしばし猛暑

もいやされており 緒方 明美

熱帯夜なれど微かに感じ取る秋の気配の虫

の声きく 池田キヨ子

軒先のひまわりたちは暑い中道行く人に元

気あたえる 赤星 文子

草茂る老いの屋敷に至福あり湯船の外で鈴

虫の鳴く 塚原 暁益

自然だと云えど数の多いこと日本目指すは

台風だけか 上村やす美

風に乗り甘い香りの漂いて金木犀の花咲く

頃か 白梅 武人

寝苦しい虫の音聞きて変わりゆく明け方に

吹く風はもう秋 吉永由紀子

お互いに一人暮しを労わりて姉との電話静

かで長し 内田乃武人

【肥後狂句】

北川直美 選

フルムーン 割引キッププレゼント 広田みどり

フルムーン 服も新調あと葉 下山 千恵

フルムーン 早よパスポート作らなん 志垣 光

フルムーン 今度こそ二人で行こう 佐藤 葵

フルムーン 湿布貼りやれやれ宿に 平井やよい

フルムーン 支えて呉れた恩返し 長原 産賀

フルムーン 久し振り履くハイヒール 佐野しよう

フルムーン アルバム埋める二人旅 光永 六

フルムーン もてあましてる長い旅 井元あざみ

フルムーン 会話ははずむ帰り道 日高 美里

フルムーン 思い出の地に今一度 上田 梅清

フルムーン 月夜の嫁は小町級 日隈 元良

フルムーン 旅のチラシが放つとかん 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 (敬称略)

8月11日(土)～9月10日(月)

## birth お誕生おめでとう

住所	氏名	性別	保護者
麻生原	福田 泰生	男	誠志朗
下横田	米原 鈴音	女	康 広
津志田	石本 愛空	女	優 介
田 口	武田 旺栞	女	旭 史

## marriage ご結婚おめでとう

	住所	氏名
夫	下横田	田上 雅晃
妻	熊本市	満永真由美
夫	西 原	栗林 知徳
妻	熊本市	沢田 美奈
夫	田 口	宮本 翔悟
妻	御船町	竹下 杏
夫	大津町	坂本 賢正
妻	大 町	田上 美苗

## condolence お悔やみ申し上げます

住所	氏名	年齢	世帯主
麻生原	福田みち子	93	みち子
横 田	井芹 英治	84	シズエ
緑 町	藤本 正之	100	學
大 町	上田 久	95	スエ子
東寒野	島田 光弘	89	信 弘
中横田	志垣 輝幸	76	るみ子
豊 内	豊田 芳伸	67	芳 伸
豊 内	宮地 節子	76	節 子
中 山	西坂 静代	69	静 代

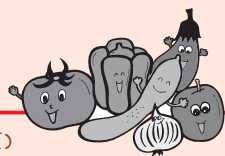
## data 甲佐町の人口・世帯数

項目	数	増減
男	5,055	△10
女	5,630	△12
計	10,685	△22
世帯数	4,266	△4

平成30年8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)



## おイモのドーナツ

### ご存知ですか？

お芋が美味しい季節になりました。あのホクホクとした感じ、思い浮かべただけでもワクワクしますよね。サツマイモは大腸がんの予防に役立っているってご存知ですか。

お芋を食べるとお通じに良いというのはよく知られています。これは食物繊維が便秘解消に役がってくれるからです。そして、ガン細胞を抑制するガンクリオシドという成分を含んでいます。

また、サツマイモは皮ごと食べることをおすすめします。皮と実の間の極薄い部分に沢山のビタミンが含まれているからです。是非とも皮ごとどうぞ!



### 作り方

- ①サツマイモは皮ごと1割位の輪切りにしサッと洗います。
- ②①のイモをラップで包み、レンジで4～5分チン! します。とっても熱いうちにふきんで包み、ギュッと潰してボールに入れ更にヘラやフォークで潰しましょう。
- ③②に溶いた卵、牛乳、おから、ホットケーキの粉を入れ練らないように混ぜ合わせます
- ④③をビニール袋に入れ、30分程冷蔵庫で生地を休ませます。
- ⑤ハサミでビニール袋の角を1割位切り、中温に熱した揚げ油でときどき返しながら3～4分程揚げていきます。キツネ色に色がついたら油をきり、砂糖を全体に塗したら出来上がり。

### 材 料

サツマイモ	1本
おから	100g
ホットケーキの粉	150g
卵し玉	1個
牛乳	50cc
砂糖	大さじ4
揚げ油	適宜

稲穂が秋風に揺れ、彼岸花が咲き誇る季節になりました。日中も今夏の酷暑が嘘のような涼やかさになり、秋の行楽シーズンの到来ですね。甲佐の秋の催しとして10月に開催される甲佐蚤の市も例年多くの人でにぎわっています。

毎月、甲佐町でがんばる人をご紹介している最終ページの「こうさスタイル」。今月号は、そんな甲佐蚤の市を支える実行委員の米原さんをご紹介します。

取材でお話を聞かせていただく中で、「甲佐をもっと元気にしたい」という米原さんの思いを強く感じました。「今はまだ道半ば。もっとたくさんの方が参加してもらえれば」という米原さんの言葉を聞いて、まちづくりについて自分にできることは何かあるかなと考えるきっかけにもなりました。

(ト)

編集後記