

literary work

うたごよみ ～卯月～

〔短歌〕

塚原 曉益 選

バス停へ曲がる小道の山茶花は
この季限りと咲き誇りおり

吉永由紀子

蓬摘み草餅なつかし母の顔
幼なき頃の遠き想い出

池田キヨ子

路のとう春一番の食卓は
喜び合いて皆で味わう

緒方 明美

亡き母が植えし桜はふくらみて
季節先取り色づきはじむ

内田乃武子

短歌詠むノート鉛筆電子辞書
三種の神器傍らに置き

岡部 律子

何となく土盛り上がりふつくと
春思わせる柳の芽吹き

赤星 延子

子等達の優しき愛にかこまれて
今を生きてる幸せ思ふ

塚原 曉益

〔肥後狂句〕

北川直美 選

とつけむ無ア

キャベツ一枚売ってくれ

広田みどり

とつけむ無ア

わあ山火事が追うて来る

下山 千恵

とつけむ無ア

街にマンション買うなんぞ

志垣 光

とつけむ無ア

十六でだろ詐欺仲間

平井やよい

とつけむ無ア

葉の数に寝込みました

光永 六

とつけむ無ア

はっと座れる椅子の無ア

井元あざみ

とつけむ無ア

放火しとった消防士

日高 美里

とつけむ無ア

新入幕が優勝し

上田 梅清

とつけむ無ア

男同士の夫婦げな

北川 直美

ひとの動き

2月11日(火)～3月10日(月)届出

お誕生

今月の出生児 1人

ご結婚

	住 所	氏 名
夫	吉 田	作本 龍治
妻	下横田	福永 蓮華

お悔やみ

住 所	氏 名	年齢	世帯主
豊 内	松下 護	90	ケイ子
豊 内	赤星 脩	93	恵 里
西寒野	杉本 道代	82	茂
岩 下	木村 紘	81	操
田 口	坂本 淑子	97	淑 子
船 津	井芹 雅明	86	クミ子
下横田	吉村 敬子	91	敬 子
大 町	大村シズ子	87	シズ子
下横田	緒方 操	100	妙 子
早 川	中島 禮子	95	禮 子
上 揚	中嶋 貞利	89	友 広
芝 原	木下チエ子	96	チエ子
ほか5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
・小塚 朋幸様	神奈川県
・野口明日香様	宮城県
・川崎 勝巳様	神奈川県
・梶川 泰平様	愛知県
・小林 幸男様	愛知県
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!▶



「広報こうさ」アンケート
実施中! ご協力をお願い
します▶



Let's make health

甲佐の野菜で作ってみよう!

新玉ねぎのサラダ

レシピ提供: 料理研究家 沼田峰子さん(北原区)



【材料】(2～3人前)

シーチキン……………100g
新玉ねぎ……………1個
レモンの絞り汁……大さじ2
マヨネーズ……………大さじ2
すりゴマ……………大さじ1
薄口しょう油……小さじ1.5
塩コショウ……………適宜

【作り方】

- ①新玉ネギは縦半分に切り、薄切りにしたらキッチンペーパーでギュッとつかんで水気をとりましょう。
 - ②レモン汁・薄口しょう油・マヨネーズ・すりゴマをボウルに入れ、混ぜ合わせます。ースハムは縦4等分に切ります。
 - ③シーチキンは水気を切っておきます。
 - ④②のボウルに①と③を入れサックリ混ぜたら出来上がりです。
- ※味を見て薄いようなら塩コショウで整えます。

ご存じですか?

血液をサラサラにしてくれる玉ネギですが、これは硫化アリルのおかげです。血栓(動脈硬化・心筋梗塞・脳梗塞)などの予防に効果があるようです。でも水に溶けやすいのと熱に弱いのが弱点だっでご存じですか? 新玉ネギはみずみずしく辛みが少ないので、水に晒すことなく生で美味しく食べて栄養も摂取できます。つまり、新玉ネギの良いところ取りができるのは生で食べられるこの時期だけです。

編集後記

日中はすっかり暖かくなり、野山や道端の花々が一斉に目を覚まし、菜の花や桜など、色鮮やかな風景を楽しめる季節がやってきました。

春は出会いの季節といいますが、入学や入社、引っ越しなど、身のまわりの環境が大きく移り変わっていく人も多いのではないのでしょうか?

今回は地域や町で取り組んでいる介護予防活動などをご紹介しています。時間になると公民館に集まって、何気ない会話を交わしながら談笑し、楽しく活動されているみなさんの姿を見て、地域のつながりの大切さを改めて感じた取材となりました。

(ゆ)