

literary work

うたごよみ ～水無月～

〔短歌〕

塚原 曉益 選

朝霧は川面に煙り立ち上り
変わる景色の岸の向こうよ

赤星 延子

新入学小さき背なにランドセル
曾孫の笑顔ラインで届く

池田 キヨ子

百日ぜき吾もかかりし幼き日
手をひく母の姿忘れじ

内田 乃武子

久々のかしまし娘のお茶会は
心もはずみ至福の時よ

緒方 明美

情愛の深き家族の物語
泣いて笑って「にわか」の舞台

岡部 律子

新緑を競って見せし山々に
黄の花付けて高き椎の木

吉永 由紀子

限界だ気力体力衰えて
子等に迷惑かけて生きてる

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

しゃべくって

医者どんよりも良う利いた

広田 みどり

しゃべくって

肝心なとこ聞き逃し

志垣 光

しゃべくって

オバタリアンのお楽しみ

平井 やよい

しゃべくって

注意横目に止めよらん

光 永 六

しゃべくって

トイレ巡りのようなツア

井元 あざみ

しゃべくって

胸のつかえがおりました

日高 美里

しゃべくって

夕飯仕度間に合わん

上田 梅清

しゃべくって

返杯忘れとりやせんな

北川 直美

ひとの動き

4月11日(金)～5月10日(土)届出

お誕生

住 所	氏 名	性別	保護者
府 領	小堀 詠愛	女	将 太

ほか3人

ご結婚

今月の婚姻夫婦 0組

お悔やみ

住 所	氏 名	年齢	世帯主
白 旗	山形チズ子	96	美代子
大 町	小屋野ヨシ子	99	ヨシ子
横 田	上村やす美	86	康 雄
下横田	浅木建十郎	81	洋 子
船 津	後藤美和子	97	美和子
緑 町	西村 節二	86	吉 子
田 口	丸山 恵子	95	恵 子
仁田子	美濃部俊夫	91	祥 子
芝 原	佐藤 寛	86	充

ほか6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
・木村 大輔様	岐阜県
・海野 祐史様	千葉県
・堀江 智司様	東京都
・浅倉 華 様	東京都
・西村 明夫様	東京都
・小林 史哲様	東京都
・甲斐 誉史様	兵庫県

ほか多数

■お問い合わせ先

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
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!

ピーマンのドライカレー

レシピ提供: 料理研究家 沼田峰子さん (北原区)



【材料 (2人前)】

ピーマン (大) 3個
玉ネギ..... 1/2個
豚ひき肉..... 200g
カレー粉..... 小さじ1
ケチャップ..... 大さじ3
塩・コショウ..... 少々
※好みでゆで卵

【作り方】

- ①ピーマンを買ってきたら、一晩冷凍庫で凍らせます。
 - ②玉ネギは粗みじん切りにします。
 - ③凍ったピーマンは水で洗い、半分に切り種を取りましょう。これをザクザクと大きめに切り、手でギュッと絞り水気を切るのがポイントです。
 - ④フライパンを熱したらひき肉を入れサッと炒め、玉ネギとピーマンを加えます。
 - ⑤ ④に塩コショウをしたら、カレー粉とケチャップを加え仕上げます。
- ※ゆで卵を添えるとボリュームアップ

ご存じですか?

なかなか子供たちには人気がないピーマンですが、その栄養は多くのビタミン類など素晴らしいものです。そして、ピーマンは実は傷みやすい野菜ってご存じですか? だから冷蔵庫で保存する時は、他の野菜に影響がないようポリ袋に入れて保存すると、鮮度を保てます。

また今回のように切って冷凍しておく、凍ったまま調理できて便利だし、栄養も保たれますよ。さらに冷凍することによって、ピーマン独特の苦みも和らぎました。一度試す価値はあるかもしれませんよ。

今年も6月に入り、夏の暑さが迫って来ます。また、雨の多い梅雨の時期となります。

今回は防災特集として、災害が起きた際に事前に備えておきたいものや、避難する際などについて覚えていただきたいことを掲載しています。

また、『甲佐町の文化財(第三集)』の発刊ということで、文化財保護委員会に取材をしました。みなさんの「甲佐町の文化や歴史を後世に伝えていきたい」という熱い想いに心を打たれ、私も本を手に取り甲佐町を巡ろうと思った次第です。

私は今月号から編集に携わることになりました。まさか入庁1年目から広報担当になるとは思いませんでした。が、よい巡り合わせだと思いついて、町中を駆け巡ります! 広報を通して私の成長も温かく見守ってください。これから精一杯頑張りますので、よろしく願います。

(れ)

編集後記