うたごよみ　～長月～

［短歌］

赤星延子　選

平和への思い新たな暑き夏
八十年の歳月重し
岡部　律子

一瞬にあがりて散りゆく花火見て
造りし人の苦労を思う
緒方　明美

小一の曾孫ひとりで帰省する
好物の鮎冷凍し待つ
池田キヨ子

ゴクゴクと水を飲み込む畑土に
生き返りてか胡瓜にトマト
吉永由紀子

土曜日は郵便物は来ないけど
何故かポストを覗いてみたし
内田乃武子

緑濃く実りしゴーヤの捥ぎたてを
朝飼夕飼に卓に並べおり
赤星　延子

■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

今度こそ
手紙に書こうこの気持
広田みどり

今度こそ
禁酒喫煙聞き飽ァた
志垣　光

今度こそ
お見合い決めていざハワイ
平井やよい

今度こそ
アタックするぞ富士登山
光永　六

今度こそ
見納めと言い観る桜
井元あざみ

今度こそ
期待して待つ誉め言葉
日高　美里

今度こそ
でっかい鯛の掛かっどか
上田　梅清

今度こそ
両親連れてグルメ旅
北川　直美

ひとの動き
7月11日(金)～8月10日(日)届出

お誕生

住所	氏名	性別	保護者
緑町	HUYNH MINH KHAI（ふぃん みんかい）	男	HUYNH THE HIEN

ほか１人

ご結婚

今月の婚姻夫婦　１組

お悔やみ

住所	氏名	年齢	世帯主
白旗	渡邉　春美	78	勇一
大町	池田千枝子	88	守
船津	野仲　明	80	悦子
安平	井上　民子	99	民子
南三箇	久佐賀堅次	91	堅次
吉田	緒方　文夫	84	征子
有安	赤星キサ子	97	千鶴美
上早川	海讀　道子	100	道子

ほか２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
・渡辺晋一郎様	大阪府
・甲斐　仁三様	愛知県
・駒崎　岳夫様	千葉県
・山﨑　雅人様	東京都
・渡邉　宏様	千葉県
・大出　真裕様	沖縄県
・川中　大輔様	大阪府

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！

ジューシー（沖縄の炊き込みご飯）

レシピ提供：料理研究家　沼田峰子さん（北原区）

【材料（３～４人前）】
米……３合
豚小間切れ……150グラム
干しシイタケ……２枚
（もどし汁は捨てない）
ニンジン……小１本
しょう油……大さじ４
赤酒……大さじ１

【作り方】
①米を研いでザルに上げておきましょう。
②豚肉は２センチくらいに切りそろえます。
③干しシイタケは水でもどし、もどし汁は捨てずにとっておきます。シイタケは細かく刻みます。
④ニンジンは皮を剥きシイタケと同じくらいの大きさに刻みます。
⑤炊飯器の内釜に米と調味料を入れ、3の目盛りまでシイタケのもどし汁を加えます。そこへ②③④を加え、混ぜ合わせたらスイッチを入れ炊き上げます。

ご存じですか？

まだまだ暑い日が続きそうですね。この暑さの中で台所に立つのは一苦労ですし、大人も子どもも食欲がなくなり、疲れもたまるばかりです。

こんな時は炊き込みご飯で乗り切りましょう。いろんな具材が入っているので、タンパク質やビタミン類が一度にとれます。だから、あとは汁ものや冷たくて食べやすいサラダや酢の物などで補います。しっかり食べて夏の疲れを持ち越さないようにしましょうね。

編集後記

8月10日（日）からの豪雨により町内各所で土砂崩れや道路陥没、住宅浸水など多くの被害が発生しました。被災された町民の皆様に心より、お見舞いを申し上げます。

今月号では、豪雨災害特集として、実際の被害状況や被災された皆様への生活再建に向けた各種支援制度を取り上げています。ご確認ください。

「こうさの話題」には、夏休みということもあり、「あゆまつり」をはじめとした、子どもたちの笑顔と夏の思い出をたくさん取り上げています。

これからの復興に向けて、困難を乗り越え、またいつも通り笑顔あふれる甲佐町を目指して一緒に頑張りましょう。（れ）