

literary work

うたごよみ ~如月~

〔短歌〕

赤星延子 選

若人のタスキをつなぐ箱根路を

走る選手にくぎづけになり

まだ固き薔薇を抱え寒風に

耐えて水仙ほのかに香る

炭で焼く餅膨らんで納豆を

包みし頃のよみがえりをり

緒方 明美

岡部 律子

吉永由紀子
池田キヨ子

痛ましい事故に事件の後絶たぬ
日々のニュースに平和とは何

内田乃武子

木枯らしの吹く散歩道ながむれば
ショーウインドウは春服並ぶ

香りせず薔薇の先を紫に
染めて狭庭に沈丁花あり

赤星 延子

〔肥後狂句〕

北川直美 選

さようなら

この一本でおしまいに

広田みどり

さようなら

返納します免許証

志垣 光

さようなら

うつちよかないで待つててよ

平井やよい

さようなら

祖母には言えん握手だけ

光永 六

さようなら

港五色の紙テープ

井元あざみ

さようなら

育てた子牛売りに出す

日高 美里

さようなら

孫に手を振る又おいで

上田 梅清

さようなら

桟の釘の遺る瀬無さ

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

12月11日(木)～1月10日(土)届出

お誕生

住所	氏名	性別	世帯主
西寒野	岩井 瑞樹	男	光
西寒野	池上 來花	女	梓 花
		ほか3人	

ご結婚

今月のご結婚 5件

お悔やみ

住所	氏名	年齢	世帯主
横田	山本 美恵	97	はるみ
上早川	勝木 清知	86	清 知
坂谷	藤田 三壽	86	三 壽
吉田	緒方 照子	90	和 浩
豊内	緒方 虎夫	96	ミ 工
		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
・大針 晃様	兵庫県
・嶺井 美幸様	沖縄県
・仙北谷真樹様	東京都
・齋藤 貴光様	愛知県
・蜂谷 英明様	東京都
	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！

キャベツロール中華風

レシピ提供：料理研究家 沼田峰子さん（北原区）



【材料】

キャベツの葉 5枚
カニカマ 5本
☆甘酢ダレ
米酢 大さじ5
砂糖 大さじ2
塩 ひとつまみ
ごま油 大さじ1

【作り方】

① キャベツの葉は2枚ずつラップで包み、600Wのレンジで約3分加熱して、冷ましておきます。
② ①のキャベツが冷めたら、破かない芯を薄くそぎ取ります。
③ ②にカニカマをのせ、手前からギュッと強く巻いていきます。この時、キャベツから水が出てきたら、しっかり絞ってください。
④ 甘酢ダレを合わせておきます。
⑤ ③を密閉容器に並べ、④のタレを回しかけたら完成です。必ず冷蔵庫で保存し、食べる直前に切り分けましょう。

ご存じですか？

暮れからお正月にかけて、脂っこいものの食べ過ぎやお酒などの飲み過ぎをしていませんか。かなり胃や腸も疲れていることでしょう。

そんな胃腸を保護し、傷ついた部分の修復を助け、胃もたれや胃炎の予防に役立つのが、キャベツから発見されたビタミンUってご存じですか？

このビタミンUは胃潰瘍や十二指腸潰瘍の予防に役立ってくれます。それでも、食べ過ぎ・飲み過ぎには十分に注意しましょう。

広報2月号と言えば「成人式」。毎年特集を組んで、二十歳の門出を祝う式典を紹介しています。昨年までは、私は式典を開催する方の担当者だったのですが、年末年始は式典の準備のことで、頭がいっぱいだったことを覚えています（笑）。新成人の皆さんも式典開催まで、着付けの準備や同級生・恩師との日々の再会に胸を躍らせていたと思います。当日は、寒波が襲来し、雪もちらつきましたが、鮮やかな晴れ着姿の明るく元気な新成人の声が響き、来賓・恩師の先生方、観覧に来られた保護者の皆さんに見守っていただき、とてもあたたかで記憶に残る式典になりました。改めまして、二十歳の成人式を迎えた皆さん、おめでとうございます！

編
集
後
記