



産業文化祭に出品された農作物

うたごよみ 師走

「短歌」

渡辺幸士 選

案山子さん稲田の中に入るなど両手広げて見  
張り続ける 清田ひで子  
蜘蛛の網に蟬の亡骸かかりいて夕立に濡れし  
ずく光れり 上村 かず  
姉妹旅阿蘇の五岳を遠く見て露天の風呂で背  
な流し合う 池田キヨ子  
ラクビーの試合テレビで観戦し日本選手の指  
組み真似る 上村やす美  
妹と御船のお湯へ久しぶり話弾みて疲れて帰  
る 赤星 文子  
農に生き老いたる夫の正装は先に旅立つ知人  
送る日 塚原 暁益  
身構えて一気に飛ばす古いパワー今日も遊べ  
りグランドゴルフ 吉永由紀子  
独り居で手間暇かけた料理にも食べる人なく  
褒める人なし 内田乃武子  
楽しいに修学旅行語る孫一步一步と成長しお  
り 緒方 明美  
入りつ陽のひかりを受けて鈴なりの熟れし柿  
の実鮮々と照る 森田 房恵  
廃屋の庭隅に立つ金木犀朝な夕なに甘き香放  
つ 塚本 俊子  
秋分のお寺参りの道連れと生け垣辺り賑わい  
別る 赤星 延子  
信号に進路閉ざされひと呼吸ついて暮らしの  
自由を思う 渡辺 幸士

「川柳」

渡辺幸士 選

「紅葉」

紅葉する木々も見えない侘住まい 本田長久子  
五箇荘紅葉見頃と報道で 古閑チヨミ  
紅葉狩り若き日の秋思い出出す 布田 愛子  
紅葉散りわたしの背中花もよう 安浪 アキ

「ぼつぼつ」

焦らずにぼつぼつ行こうわが道を 林 雅之  
ぼつぼつと独りの夕餉支度する 清川みどり  
人生の終着駅へぼつぼつと 渡辺 幸士

「肥後狂句」

北川直美 選

くたびれた 旅のみやげの多かこつ 広田みどり  
くたびれた 金婚までの長ア道 下山 千恵  
くたびれた 同窓会で見栄はって 志垣 光  
くたびれた 年の量より働いて 佐藤 葵  
くたびれた 振り回された年でした 北畑 公美  
くたびれた 焼酎一杯ア呑もうかな 木村 陽菜  
くたびれた 三途の川も見えて来た 布田かんな  
くたびれた 私の靴も底の抜け 平井やよい  
くたびれた 生きとる丈の医者通い 長原 産賀  
くたびれた 親に貰うたフライパン 佐野しよう  
くたびれた どうでん出来た男飯 光永 六  
くたびれた 畳と亭主替ゆごたる 井元あざみ  
くたびれた そろそろ自首のし時かな 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)

10月11日(日)~11月10日(火)

## birth お誕生おめでとう

| 住所  | 氏名    | 性別 | 保護者 |
|-----|-------|----|-----|
| 津志田 | 小谷 八雲 | 男  | 英 史 |
| 下横田 | 山崎 和奏 | 女  | 優 一 |
| 津志田 | 山崎 斗李 | 男  | 啓 介 |
| 西寒野 | 高木 大翔 | 男  | 翔 太 |
| 府 領 | 舩永 海琉 | 男  | 将 吾 |

## marriage ご結婚おめでとう

|   | 住所  | 氏名     |
|---|-----|--------|
| 夫 | 田 口 | 福島 拓弥  |
|   | 福岡県 | 本郷 聡子  |
| 妻 | 糸 田 | 緒方 一仁  |
|   | 熊本市 | 久木田 友美 |
| 夫 | 早 川 | 山下 信介  |
|   | 熊本市 | 岸谷 鮎美  |
| 妻 | 嘉島町 | 内藤 幹朗  |
|   | 津志田 | 一圓 恵   |
| 夫 | 安 平 | 山本 貴典  |
|   | 熊本市 | 大城 千夏  |

## condolence お悔やみ申し上げます

| 住所  | 氏名    | 年齢  | 世帯主 |
|-----|-------|-----|-----|
| 豊 内 | 赤星 敬規 | 65  | 三枝子 |
| 上早川 | 宮部 利夫 | 86  | ケイ子 |
| 津志田 | 西口 孝箭 | 80  | 節 子 |
| 西寒野 | 村上マツエ | 101 | マツエ |
| 南三箇 | 松本ハルコ | 92  | 三 幸 |
| 上早川 | 本田 龍一 | 51  | 龍 一 |
| 田 口 | 有田 敬子 | 86  | 潔 司 |
| 下横田 | 溜渕アサ子 | 89  | アサ子 |
| 船 津 | 金森 義高 | 81  | 昭 一 |
| 白 旗 | 井芹 秀義 | 83  | 明   |
| 船 津 | 仲原 征吾 | 76  | 正 照 |
| 田 口 | 古田 信房 | 83  | マツ子 |

## data 甲佐町の人口・世帯数

| 項目  | 数      | 増減   |
|-----|--------|------|
| 男   | 5,284  | △ 5  |
| 女   | 5,873  | △ 9  |
| 計   | 11,157 | △ 14 |
| 世帯数 | 4,302  | 0    |

平成27年10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)

## カボチャの炊き込みご飯

### ご存知ですか?

緑黄色野菜の代表とも言えるカボチャは、ビタミンA、C、E、βカロテン、食物繊維などたくさんの栄養を含んでいます。そのため、がんの予防、風邪の予防、老化防止、前立腺肥大の予防などや美容にも良いおすすめの食材です。



### 材料 (4人分)

- カボチャ …………… 8分の1個
- 米 …………… 3カップ
- チリメンジャコ …………… 30g
- 酒 …………… 小さじ2
- ヒトモジ …………… 3本
- だし汁 …………… 適量
- ※炊き込みごはん用調味料
- 酒 …………… 大さじ2
- みりん …………… 大さじ1
- 薄口しょうゆ …………… 大さじ2
- 塩 …………… 小さじ2分の1

### 作り方

- ①お米を洗ったら、ざるに上げておきましょう。
- ②きれいに洗ったカボチャは種と綿を取り、皮ごと2割くらいの食べやすい大きさに切りそろえておきます。
- ③チリメンジャコはサツとお湯を回し掛け、しっかり湯切りをして酒を振っておきます。
- ④炊飯器に①のお米、炊き込みご飯用調味料、炊飯器の3カップの目盛まで水を加えてから、カボチャとチリメンジャコを上に乗せてスイッチを入れ、いつも通りに炊き上げます。
- ⑤炊き上がったたら10分くらい蒸らし、小口切りにしたヒトモジを全体に散らし、切るようにして混ぜ合わせましょう。

## 編集後記

わが家では、犬を1匹飼っています。私が夜遅くに帰宅しても、必ず寝床から起きてきて顔を見せてくれるところがとてもかわいい家族の一員です。

白旗小学校で開催された「犬とのふれあい方教室」では、犬の習性や触れる時の注意点などを県動物管理センターの職員から教わりました。

言葉を話せない犬はしつぽで感情を表現するため、触れる前にまずは手のおいを嗅がせてしつぽがどう動いているかを確認して、犬の気持ちを知ることが大切です。上を向いているなら「触っても大丈夫」のサイン。頭を撫でるよりも、あごの下をくすぐるように撫でるほうが犬は喜びそうです。

相手の気持ちを考えて行動することは、犬も人間も同じだと感じ、わが家でも実践してみようと思った1日でした。(め)