桜花

うたごよみ ～卯月～

渡辺幸士 選

【短歌】

渦状とも言える報道聞かされて新型コロナの終息祈る　池田キヨ子

経済がウイルスによる不況風予期せぬことが起こるこの世は　緒方　明美

苗くれし人を想いて鉢の花朝な夕なに語り掛けおり　塚原　暁益

「ではまた」と受話器置いても未だ残る「元気で居てね」の貴方の声が　内田乃武子

新型のコロナウイルス見えずして拡大止まらず吾も揺れおり　吉永由紀子

道端の菜種の花の咲きさかり春の訪れ教えてくれる　赤星　文子

未だ寒い庭のあちこち鈴蘭が風に吹かれて頭振りおり　上村やす美

山間の寒さに耐えて凛と咲く花は白梅山桜など　白梅　武人

胸張りて夜明けの道をウオーキング春のひかりに命を洗い　渡辺　幸士

【川柳】

渡辺幸士 選

【卒業】

未来図を描いて学窓発つ生徒　清川みどり

卒業はわれら仲間の夢のあと　日隈　俊郎

【そわそわ】

子孫来る日は時計まで落ち着かぬ　川村　文子

約束の時間が迫る長会議　渡辺　幸士

【肥後狂句】

北川直美 選

ガサガサ　又くつ下の破れとる　広田みどり

ガサガサ　額の裏には無かごたる　下山　千恵

ガサガサ　夜中にそっとつまみ食い　志垣　光

ガサガサ　飴どま入っちゃおらんどか　佐藤　葵

ガサガサ　どぎゃん塗っても無駄な事ッ　平井やよい

ガサガサ　猫にやられた床柱　長原　産賀

ガサガサ　見た目は悪か無消毒　佐野　京

ガサガサ　掻き回しても見つからん　光永　六

ガサガサ　背中掻くとにゃ丁度よか　井元あざみ

ガサガサ　いつも荒れてた父の指　日高　美里

ガサガサ　やぶかき分けてうさぎ追い　上田　梅清

ガサガサ　映画邪魔する隣席　北川　直美

■お問い合わせ先　町教育委員会公民館事務局
TEL 096-234-2447（内線321）

ひとの動き（敬称略）
2月11日（火）～3月10日（火）

birth お誕生おめでとう

住所	氏名	性別	保護者
豊内	作増 敢太（かんた）	男	一馬
有安	赤星 唯花（ゆいか）	女	慧真

marriage ご結婚おめでとう

	住所	氏名
夫	東京都	神田 雄仁
妻	津志田	北川奈津美

condolence お悔やみ申し上げます

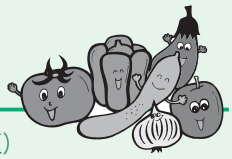
住所	氏名	年齢	世帯主
田口	吉岡 徳子	90	誠治
船津	松本 文彦	43	文彦
中横田	宮邉ミサオ	88	ミサオ
豊内	藤本 春子	97	浩一
横田	豊永ルイ子	85	ルイ子
岩下	伊豆野孝子	91	健司
有安	古閑 美俊	71	美俊
東寒野	淵上トミ子	97	トミ子
坂谷	藤田 節子	74	豊
下横田	松下 哲三	81	繁子
田口	福田 冨恵	98	一良
豊内	小林 光義	86	康子
下横田	成松アイコ	96	アイコ

data 甲佐町の人口・世帯数

項目	数	増減
男	5,053	3
女	5,512	▲9
計	10,565	▲6
世帯数	4,299	3

令和2年2月29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）

ヨーグルトカレー

ご存知ですか？

ウイルスなどから身を守るには免疫力を高めることが大切だってご存じですか。

カボチャやニンジンに含まれるビタミンA、卵や豚肉に含まれるたんぱく質などを摂取して体力をつけましょう。また、発酵食品であるヨーグルトや納豆は、腸内の環境を整える効果があり、免疫力を高めるために積極的に食べて欲しいものです。さらに、抗酸化作用のあるニンニクやショウガ、玉ネギなども免疫力を高める食材です。

これらの食材を上手に取り入れた料理を食べて、ウイルスなどを撃退しましょう。

材料（4人分）

- 無糖ヨーグルト …… 400グラム
- 玉ネギ …… 1個
- ジャガイモ …… 2～3個
- ニンジン …… 1本
- 豚肉 …… 300グラム
- ショウガ …… 親指大2個
- サラダ油 …… 大さじ1.5
- カレーのルー …… 4片
- 水 …… 2カップ
- 固形コンソメ … 4個（1/2箱分）
- 塩コショウ …… 適量

作り方

①玉ネギ・ニンジン・ジャガイモは皮をむいて食べやすい大きさに切りそろえます。
②野菜のビタミンを残すため、それぞれラップに包んでレンジで約5分間加熱します。
③ショウガは細かくみじん切りにし、豚肉は食べやすい大きさに切っておきます。
④鍋にサラダ油を入れ、ショウガを混ぜながら加熱します。
⑤ショウガのいい匂いがしたら豚肉を炒めます。色が変わったら②の野菜を加えて、水・コンソメ・カレーのルーを加えて中火で約15分煮ます。
⑥最後にヨーグルトを加えて、よく混ぜたら塩・コショウで味を調えて出来上がりです。

編集後記

暖かな南風に春の陽気を感じる季節になりました。新型コロナウイルスの猛威が全世界に拡大し、今後の先行きが見通せない中でも、例年と変わらず花を咲かせる桜の木々になんだか励まされているようです。

今月号の表紙では、感染症の拡大防止のため在校生や来賓が不在の中で行われた甲佐中学校卒業式の様子をお伝えしています。例年以上に不安が立ち込める春を迎えても、3年間の思い出とともに学び舎から旅立つ生徒たちは明るい未来を見つめているかのようでした。

彼らが小学6年生の春に経験した熊本地震からまもなく4年。震災で傷ついた道路や田畑の復旧がほぼ終わり、震災前にはなかった新たな施設の整備も進んでいます。春色に染まる町内を散策し、甲佐の今を再確認してみましょう。

（と）