



第40回熊本甲佐10マイル公認ロードレース記念大会

うたごよみ 睦月

〔短歌〕

渡辺幸士 選

大空にアーチを描き虹が出る幼喜び興奮覚めず

塚本 俊子

姉妹らも子も忘れいし誕生日通販からのお祝い嬉し

塚原 暁益

紅茶呑むまつ毛に沁みて仄かなる香り漂う晩秋の夕

森田 房恵

愛犬を連れ初めての散歩するお陰で楽し家族が増えた

清田ひで子

夜な夜なに外に出ていし愛猫は身体丸めて眠り続ける

緒方 明美

味付けの決まらぬときの過ぎて行き慣れたいつもの塩胡椒味

赤星 延子

軒先のハイビスカスの花咲きて「よく咲いたね」と心とます

赤星 文子

山茶花は今年も蕾多くつけ小春日和に優しく抱かる

上村やす美

無差別の爆弾テロの戦いに崩れる国の人々思

吉永由紀子

友人と訪ねし小国鍋ヶ滝落ちくる水は絵を見るごとし

池田キヨ子

亡き母の親しき友は達者でか便りもすでにとだえて久し

内田乃武子

車椅子足で漕ぎつつ朝夕に木陰の下で庭草をとる

上村 かず

ロードレースの最後の選手走り行き町はそれより冬に入りゆく

渡辺 幸士

〔川柳〕

渡辺幸士 選

〔ばたばた〕

ばたばたと走り回って年終わる 林 雅之  
 ばたばたと間に合いました大掃除 古閑チヨミ  
 すす払いばたばた掃除年の暮れ 安浪 アキ

〔師走〕

あと二十日何も手付かず年暮れる 布田 愛子  
 畳叩く師走の掃除懐かしい 本田長久子  
 祖母の知恵借りる師走の台所 清川みどり  
 大晦日しみじみと聞く百八つ 渡辺 幸士

〔肥後狂句〕

北川直美 選

天国ばい 飯ア旨かし暇も有る 広田みどり  
 天国ばい 猿も思とる露天風呂 下山 千恵  
 天国ばい 嬬アが居らん日曜日 志垣 光  
 天国ばい あの手この手でむぞがられ 佐藤 葵  
 天国ばい 夢の叶うて晴れ舞台 北畑 公美  
 天国ばい 一足先イ待つとるぞ 木村 陽菜  
 天国ばい 食っちゃ寝食ちゃ寝するばかり 布田かんな  
 天国ばい 風呂が待つとる寒い朝 平井やよい  
 天国ばい 稲も機械が片付くる 長原 産賀  
 天国ばい 芯から悩む事ッも無し 佐野しよう  
 天国ばい 正夢のくじ握りしめ 光永 六  
 天国ばい 何にも無アが三世代 井元あざみ  
 天国ばい 此処はストレス捨てるとこ 日高 五  
 天国ばい 庄助さんの真似もええ 上田 梅清  
 天国ばい 何て住みええ町だろか 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)

11月11日(水)～12月10日(木)

birth

## お誕生おめでとう

住所	氏名	性別	保護者
緑町	奥村 茜 <small>あかね</small>	女	将也
田口	坂田 俊也 <small>しゅんや</small>	男	美奈
豊内	米原 杏 <small>あん</small>	女	雄二
有安	加藤 優空 <small>ゆうくう</small>	男	桂一

marriage

## ご結婚おめでとう

	住所	氏名
夫	有安	野仲 泰良
妻	熊本市	土屋 ひかる
夫	糸田	塚崎 弘樹
妻	御船町	山地 絵梨奈
夫	熊本市	廣島 義弘
妻	府領	本田 香菜

condolence

## お悔やみ申し上げます

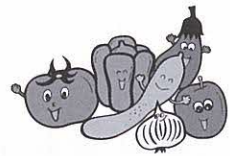
住所	氏名	年齢	世帯主
早川	坂口 豊	84	シズエ
世持	池田美知子	66	りか
白旗	本田ヒデ子	90	淳一
吉田	吉永ミドリ	92	ミドリ
上早川	中島九洲男	82	チエ子
豊内	藤本 武輔	82	浩一
大町	大村 秀一	83	誠一
東寒野	山口 シヅ	93	孝雄
芝原	中林 伸幸	81	尚美
豊内	西川マタメ	95	マタメ
津志田	宮島 敏雄	91	敏文
津志田	北本 保男	95	廣樹
吉田	奥村日出子	76	楯雄
仁田子	佐藤 廣子	75	廣子

data

## 甲佐町の人口・世帯数

項目	数	増減
男	5,281	△3
女	5,863	△10
計	11,144	△13
世帯数	4,305	3

平成27年11月30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)

## ネギ丼

### ご存知ですか？

昔から「風邪をひいたら焼いたネギを首に巻く」なんて民間療法がありました。ネギの硫化アリルという成分には、殺菌作用と鎮静効果があります。これがどの痛みを和らげてくれたのでしょうか。

また、豚肉と一緒に調理して食べると、早く疲れや肩こりから解放されますよ。



### 材料 (4人分)

長ネギ	4本
卵(L玉)	4個
ゴマ油	大さじ1
砂糖	大さじ2
みりん	大さじ2
しょう油	大さじ5
水	大さじ4

A

### 作り方

- ①ネギは、ちょっと大きめの斜め切りにしましょう。
- ②Aの調味料と水は、合わせておくと便利です。
- ③大きめの鍋またはフライパンにゴマ油を入れ熱したら、①のネギを強火で炒めていきます。
- ④ネギは炒め過ぎないのがポイントですが、子ども用の場合はしっかり炒めてください。
- ⑤ネギから水分が出てきたら、②を加え手早く混ぜて火を止めます。
- ⑥丼にアツアツのご飯をよそい、⑤のネギをドーナツのように盛り付けます。その真ん中に卵を割り入れたら、出来上がりです。

※生卵が苦手な人は、温泉卵やゆで卵にすると良いでしょう  
 ※ネギは、食べやすいように小さく切ってもかまいません。

## 編集後記

今年の冬の甲佐の風物詩は、記念すべき40回目の記念大会。「第40回熊本甲佐10マイル公認ロードレース記念大会」の沿道は、例年以上の多くの観客で埋め尽くされ、レースも例年以上に盛り上がりを見せました。

私がシャッターを切るフィニッシュ地点では、力いっぱい走りきった競技者が飛び込んで来ます。ゴールテープを切った瞬間にふらふらと失速し、中には倒れこんでしまう選手もいます。

今までの練習の成果を出し切った安心したのか涙を見せる選手もいれば、自分のタイムに納得が出来ず悔しがる選手もいます。その姿を見ると、今までの40回の大会で、たくさんの選手のたくさん汗と涙があっただろうなと歴史の深さを感じました。

これからも、歴史ある大会を写真に残していきます。(み)