



気嵐

うたごよみ 睦月

「短歌」

渡辺幸士選

陽に光る庭のまきの葉みどり映え独りたた

ずむ晴天の午後

白梅 武人

骨折をしたという姉見にゆけば吾娘も分か

らず私も知らず

塚原 暁益

わが家の猫は田圃で身をかがめ雀を狙う姿

に笑う

緒方 明美

コロナ禍で自粛し見る里山の冬の映像ひか

り眩しき

吉永由紀子

外出も思うにまかせぬ老いの身に金木犀の

灰かに香る

池田キヨ子

学校の銀杏と楠は青空に映え冴えわたり心

和ます

赤星 文子

生前の母が使った古箏筒和服はあるが洋服

はなし

上村やす美

この年も「あつ」という間に過ぎて行き又

も師走の声を聞きをり

内田乃武子

孫に児が生まれて吾は曾祖父か未だ青春の

こころ戸惑う

渡辺 幸士

「川柳」

渡辺幸士選

「年末」

支払いも済ませ安堵の年の暮れ 清川みどり

家族みな元気で揃う年の暮れ 川村 文子

「せかせか」

せかせかと働かずとも明日は来る 日隈 俊郎

気持ちだけせかせか焦る年の暮れ 渡辺 幸士

「肥後狂句」

北川直美選

ぼちぼち 身辺整理始めなん 広田みどり

ぼちぼち 梅干し伝授しとこうか 下山 千恵

ぼちぼち 年貢の納め時かなあ 志垣 光

ぼちぼち 長男の嫁捜さなん 佐藤 葵

ぼちぼち 杖ついて散歩に行こか 平井やよい

ぼちぼち 今日の残りは明日する 長原 産賀

ぼちぼち タイヤ交換しとこうか 佐野 京

ぼちぼち 家計簿嫁に任しゅうか 光永 六

ぼちぼち 婆はタンスに二千万 井元あざみ

ぼちぼち 歳暮が届く時期になり 日高 美里

ぼちぼち 椎茸のたつ頃となり 上田 梅清

ぼちぼち 炬燵の用意始めとこ 中村 幸信

ぼちぼち 滑つといかん下り坂 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
南三箇 桑原 なま 渚 女 豊

marriage **ご結婚おめでとう**

住所 氏名

夫 田口 和田 圭祐
妻 益城町 田中 風花
夫 上早川 佐村 謙信
妻 熊本市 福田 恵里奈
夫 宇城市 出口 雅也
妻 田口 和田 梨菜

condolence **お悔やみ申し上げます**

住所 氏名 年齢 世帯主

早川 宮本 アイ子 89 アイ子
津志田 講邊 俊也 65 澄 男
世持 渡邊 哲彌 86 正義
中横田 田上 幸一 79 久美子
上早川 本田 昭登 90 修 一
仁田子 渡邊 久江 93 誠 司
横田 田上 幸一 72 幸 一
安平 志免 幸江 80 幸 江
東寒野 永田 勝得 85 昭 信

data **甲佐町の人口・世帯数**

項目	数	増減
男	4,997	▲1
女	5,453	▲10
計	10,450	▲11
世帯数	4,358	12

令和2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)



水炊き

ご存じですか？

例年なら年末からお正月にかけて飲食の機会が増える季節ですが、「食べ過ぎ」が疲労の原因になるってご存じですか。

高たんぱく・高脂肪の食事は、日本人が持っている体質的な消化酵素では上手く消化されず、内臓が疲れてしまうのです。

月に2~3回くらいは、鍋や雑炊などの胃に優しい食事をすすめます。疲れた内臓も元気になるし、免疫力の回復にもつながりますよ。

胃腸の働きが弱まるとストレスがたまり、自律神経が乱れてしまいますので、お酒もご馳走もほどほどに。風邪を引きやすい季節ですが、食事にも気をつけてお過ごしください。



作り方

- ①沸騰したたっぷりの湯に肉を1個ずつ入れてサッと湯通して水に取り、黄色い脂を丁寧に洗いましょう。
- ②白菜は5~6割、豆腐は食べやすい大きさに切ります。ネギの切り方はお好みで構いません。シイタケなどのキノコ類はサッと洗って石づきをとり、分けておきます。
- ③鍋に水、酒、湯通した肉を入れたら蓋をして20分ほど煮ます。
- ④肉が柔らかくなったら野菜やキノコ類を入れて再び煮ます。薄切りショウガを一緒に入れると鶏の臭みがやわらぎます。ひと煮立ちしたら完成です。
- ⑤ぼん酢などをつけていただきます。ご飯と溶き卵のおじやも美味しいですよ。

材 料 (4人分)

鶏ブツ切り肉 800g²
白菜 1/3株
ネギ 2本
豆腐 1パック
シイタケ 2パック
酒 100cc
水 800~1000cc
ショウガ 親指サイズ1個

新型コロナウイルスの影響で日常生活が大きく変化した一年が過ぎようとしています。

この一年は、あゆまつりやマイルロードレース大会などが中止となり、広報紙の紙面に苦慮した年となりました。一方で、試行錯誤しながら新しい日常を取り戻そうと奮闘する教育現場についてお伝えする機会が多かったように思います。

今月号の甲佐スタイルでは、そんな教育現場を下支えするスクールサポートスタッフの皆さんをご紹介します。陰ながら学校に寄り添う皆さんの活躍をご一読ください。

新しい年がやってきます。新年の干支は丑。学校給食でもおなじみの牛乳が白いのは、含まれる粒子が光を乱反射して輝いているからなんだとか。皆さんの新年がそんな光輝く年となることを願う年の瀬です。(と)

編集後記