



メジロ

うたごよみ 一 如月 一

【短歌】

渡辺幸士 選

正月もコロナ禍のなか孫らとも逢えずに吾

は静かにしてる

赤星 文子

子を送り丑を迎える時なれど明るい未来も

てるか否か

緒方 明美

施設より帰りし夫と穏やかに新年迎えふた

り神酒酌む

池田キヨ子

三回忌亡夫は何処へ行ったやら客を帰して

独り酒酌む

塚原 暁益

コロナ禍に日々の生活変わりゆく料理・買

い物・時短に三密

内田乃武子

新年の柔らかな陽の昇りゆくコロナ収束ひ

たすら祈る

吉永由紀子

誰も待つ新型コロナの収束をようやく終え

たとその日を望む

上村やす美

野良猫の車の上で寝そべりてこちら振り向

き逃げる早業

白梅 武人

美しく生きたし暮れの聖堂の聖母マリアの

笑みに出逢えり

渡辺 幸士

【川柳】

渡辺幸士 選

【初詣で】

初詣で今年嬉しい連れと行く 清川みどり

退院の父と一緒に初詣で 川村 文子

【さわやか】

さわやかな汗を流して墓掃除 山下みどり

さわやかな朝の散歩の汗を拭く 渡辺 幸士

【肥後狂句】

北川直美 選

凍えそう 猫でん抱いてきやあ眠ろ 広田みどり

凍えそう 一人ぼつちに雪も降る 下山 千恵

凍えそう 妻の嫌味とその態度 志垣 光

凍えそう 身イも心もかじかんで 佐藤 葵

凍えそう 冬のキャンプはやおいかん 平井やよい

凍えそう 丹前着ても温もらん 長原 産賀

凍えそう 年金前の二、三日 佐野 京

凍えそう 犬も尻込む散歩道 光永 六

凍えそう 持場離れんガードマン 井元あざみ

凍えそう 低体温にや辛い冬 日高 美里

凍えそう 裸 一貫 初 泳ぎ 上田 梅清

凍えそう カイロ無しでは眠られん 中村 幸信

凍えそう 高野豆腐の良う出来る 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)

12月11日(金)～1月10日(日)

birth				
お誕生おめでとう				
住所	氏名	性別	保護者	
田口	須藤 万葉	女	知 弥	
芝原	佐藤 蒼志朗	男	純	
豊内	福島 終	男	直 明	
田口	川上 乃々華	女	健 輔	

condolence				
お悔やみ申し上げます				
住所	氏名	年齢	世帯主	
豊内	村上 靖喜	87	靖 喜	
下横田	白石 文子	94	文 子	
船津	日隈 トシ子	87	秀 夫	
田口	守田 豊実	81	邦 子	
中山	上原 美恵子	91	美恵子	
有安	小方 一郎	62	博	
芝原	西川 敏子	90	敏 子	
津志田	北 しのぶ	71	しのぶ	
田口	嶋田 昭典	91	ナツエ	
仁田子	後藤 キクエ	86	時 雄	
上早川	岩本 吉弘	92	津美子	

●お詫びと訂正について
 1月号の19ページ「お悔やみ」の氏名に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。
 (誤) 溝邊 俊也
 (正) 溝邊 俊也

data		
甲佐町の人口・世帯数		
項目	数	増減
男	4,991	▲6
女	5,451	▲2
計	10,442	▲8
世帯数	4,353	▲5

令和2年12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)



白菜のとろとろ煮

ご存じですか？

1年で一番寒いこの季節、部屋の中は暖房で暖かく乾燥気味という家庭も多いかと思いますが、実は冬でも脱水症状になるってご存じですか。

霜が降りて旨みと甘みがグンと増したこの時期の白菜は、冬を代表する味覚です。白菜のほとんどは水分ですが、豊富なミネラルとバランスの良いビタミン類を含む栄養価の高い食材なんですよ。

白菜を使った料理は、鍋料理や汁ものが多いですね。栄養と一緒に水分補給も出来ますよ。脱水症状だけでなく風邪を引かないよう、あたたかい料理で冷えた体を温めましょう。



作り方

- ①白菜を1～2割幅に切り、葉と芯に分けます。
 - ②ニンニクとショウガはみじん切り、ネギは小口切り、豚肉は食べやすい大きさに切ります。
 - ③ポウルに、水・しょう油・赤酒・中華スープの素・片栗粉を混ぜます。
 - ④フライパンにゴマ油を入れ熱したら、②を順番に加え焦がさないように炒めます。
 - ⑤豚肉の色が変わったら、白菜の芯を炒め、しんなりしたら葉を加えます。
 - ⑥火が通ったら③を加えて、弱火でかき混ぜながら10分ほど煮込んだら完成です。
- ※お好みで柚子胡椒をどうぞ。

材 料 (4人分)

白菜	1/2株
ニンニク	2片
ショウガ	親指サイズ1個
ネギ	1～2本
水	2.5パック
しょう油・赤酒	各大さじ2
中華スープの素	大さじ1
片栗粉	大さじ2.5
ゴマ油	大さじ1

新型コロナウイルスの猛威が県下でも広がりを見せているこの冬は、昨年の春に続く我慢の時期となっています。

例年なら、新成人の凛とした姿をお伝えするところですが、コロナ禍の成人式は感染拡大を防ぐため、やむを得ず延期に。新成人の皆さんも、大切なハレの日を安心してご家族や友人と迎えられるよう、しばらくの我慢をお願いします。

当初の予定を変更して表紙を飾ったのは、商店街のはずれの住宅街で、夕闇に浮かぶあたたかい光のメッセージです。新成人だけでなく、多くの人を励ますような光の作品を目にして、とある偉人が残した漢詩の一節「耐雪梅花麗(雪に耐えて梅花麗し)」を思い出しました。

厳しい寒さに耐えた梅が美しい花を咲かせる春の訪れが待ち遠しいですね。

(と)

編集後記