



蓮

うたごよみ 葉月

〔短歌〕

渡辺幸士 選

病床に臥したる友の身を案じ見舞うことさ  
えコロナで規制 池田キヨ子

朝夕に手入れした花咲き盛り亡夫を偲んで  
仏前に飾る 赤星 文子

コロナ禍で見舞う事なく良き友の訃報を聞  
きて愕然とする 塚原 暁益

田植え終え梅雨の雨まだ降らずとも稲は日  
に日に大きくなれり 緒方 明美

コロナ禍で横文字増えたニュースあり通訳  
なしで意味も解らず 内田乃武子

めまぐるし異常気象の梅雨の間に風吹かぬ  
空果てしなく青 吉永由紀子

つつがなく暮れ行く今日の有難し鬼海ヶ浦  
の波も和みて 渡辺 幸士

〔川柳〕

渡辺幸士 選

「じめじめ」

梅雨空を仰ぎじめじめもうご免 川村 文子  
熱燗で捨てるじめじめした話 清川みどり

「梅雨」

梅雨の雨これでわが家も田植えだな 日隈 俊郎  
梅雨明けを旅行プランが待ってます 渡辺 幸士

〔肥後狂句〕

北川直美 選

どきやんもどきやんも

今日行く場所の無うなった 広田みどり

どきやんもどきやんも

先生泣かせ親泣かせ 下山 千恵

どきやんもどきやんも

田植えで膝と腰やられ 志垣 光

どきやんもどきやんも

孫が増えたらしこなさん 佐藤 葵

どきやんもどきやんも

孫呼うで来る系通し 平井やよい

どきやんもどきやんも

動きのとれん金縛り 長原 産賀

どきやんもどきやんも

臍繰りで済む金じゃなか 光永 六

どきやんもどきやんも

手の付けられんドラ息子 井元あさみ

どきやんもどきやんも

目くばせしても気が付かん 日高 美里

どきやんもどきやんも

他人には言えん胸の内 上田 梅清

どきやんもどきやんも

もつれた糸がほどかれん 中村 南幸

どきやんもどきやんも

達筆過ぎて読みきらん 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)

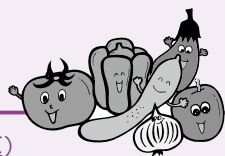
住所	氏名	年齢	世帯主
小鹿	石坂 哲朗	70	豊美
南三箇	久佐賀テル子	92	忠
ほか7人			

data 甲佐町の人口・世帯数		
項目	数	増減
男	4,971	▲14
女	5,396	▲15
計	10,367	▲29
世帯数	4,361	▲2

令和3年6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)



### 枝豆ポテトのちくわ詰め

#### ご存じですか？

枝豆に含まれるたんぱく質は卵のたんぱく質含有量とあまりかわらないって、ご存じですか。

野菜のカロリーとしては高めです。たんぱく質や食物繊維、そしてビタミンなどの栄養も豊富です。

昔は田植えが終わったあぜ道に家庭用の大豆を植えていたので「あぜまめ」と言われたそうです。大豆の根があぜを強くしてくれるので一石二鳥と言う訳です。その後、枝付きで売られるようになったので「枝豆」の名称が定着。今では海外でも親しまれており、英語圏の国々で edamame (エダマメ) と言えば通じるそうですよ。



#### 作り方

- ①枝豆は小さじ2杯ほどの塩を加えた熱湯で茹で、さやから豆を取り出し細かく刻みます。
- ②ジャガイモは洗ったら、ラップで包みレンジで5～6分加熱します。加熱後、皮をむきフォークなどで粗くつぶしましょう。
- ③キュウリは縦半分に切り、種の部分をスプーンで取り去り2mmの厚さに切ります。塩を振って水気を絞りましょう。
- ④ボウルで①～③とマヨネーズをよく混ぜ合わせ、塩コショウで味を調えます。
- ⑤ちくわの穴の中に④を詰めて、食べやすいようにお好みで切り分け、お皿に盛り付けたら完成です。トマトを添えると彩もきれいですよ。

#### 材 料

枝豆	150g
ジャガイモ	1個
キュウリ	1/3本
ちくわ	4本
マヨネーズ	大さじ4
塩コショウ	少々

青空に浮かぶ入道雲に夏本番を感じるようになりました。1年越しの開催となった東京オリンピックの熱戦を、涼しい部屋で観戦している方も多いのではないのでしょうか。コロナ禍に振り回された異例づくめの五輪が成功することを祈るばかりです。コロナ禍で振り回されたのは、教育現場も同じです。計画を前倒して進められた学校教育へのICT導入は、それを支える先生たちにも急速な変化を求めています。今月号では、新しい学びへの模索が続く学校教育を取り上げました。子どもたちが夏休みの間、先生たちの新たな学びへの挑戦が続いています。取材中、ある先生が「変化を恐れない事の大切さを子どもたちに伝えるために、まずは私たちがいい手本を示さないとね」と笑顔で話されたのが、強く心に残っています。(と)