



薄氷

うたごよみ 〵 如月 〵

「短歌」

渡辺幸士 選

和やかな触れ合いのなか千支作りともに褒
め合う千支の出来映え 池田キヨ子

故郷の幼馴染みと久々に時が過ぎてても話は
尽きぬ 赤星 文子

足早に時も過ぎ行く年末に足腰さえもまま
ならず居り 塚原 暁益

それぞれの夢に向かい努力する孫らの姿
ひかり輝く 緒方 明美

歌一首詠めずに一日過ぎてゆく明日は締切
り時間よ止まれ 内田乃武子

冷え込んで霜のおりたる狭庭には冷たき風
の蛇行し流るる 吉永由紀子

古書店の書架のひとすみ青春のわれ蘇る題
字に出逢う 渡辺 幸士

「肥後狂句」

北川直美 選

ままならん

暇はたつぶり金の無か 広田みどり

ままならん

ワクチンはせん頑固者ン 下山 千恵

ままならん

年金前のこの三日 志垣 光

ままならん

今日も明日も塞がつて 佐藤 葵

ままならん

こん犬^アお手もしきらん 平井やよい

ままならん

娘の婿はどるも下戸 長原 産賀

ままならん

一人出歩き出来^でん足 光永 六

ままならん

俺はこんなに好きなのに 井元あさみ

ままならん

子供に老後頼られん 日高 美里

ままならん

晩酌さえも量り酒 上田 梅清

ままならん

点滴眺め動かれん 中村 南幸

ままならん

見ると漕ぐとは大違い 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(土)～1月10日(月)

birth				
お誕生おめでとう				
住所	氏名	性別	保護者	
大町	大村 千冬	女	純	一
下横田	松永 雪乃	女	涼	
中横田	赤星 八真斗	男	敏	成
ほか1人				

marriage	
ご結婚おめでとう	
今月の婚姻夫婦 1組	

condolence				
お悔やみ申し上げます				
住所	氏名	年齢	世帯主	
船津	松本タキ子	85	タキ子	
中横田	狩野 敬一	88	敏 郎	
下横田	佐川 明雄	85	明 雄	
白旗	中村カシ子	80	大 助	
横田	児玉 末行	83	一 コ	
船津	日隈 勇	96	誠 司	
下横田	成松 哲郎	90	フサエ	
世持	志垣 純一	91	成 子	
早川	木村たち子	87	たち子	
ほか2人				

data		
甲佐町の人口・世帯数		
項目	数	増減
男	4,953	2
女	5,373	▲3
計	10,326	▲1
世帯数	4,378	7

令和3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）



アーサイの韓国風和え

ご存じですか？

皆さんは「アーサイ」ってご存じですか。子持ち高菜とも呼ばれるこの野菜は、最近、ろくじ館でも見かけるようになりました。福岡で生産されている「蕾菜」もこの一種です。コリコリとした食感を持ち、旬がとても短く、春を感じさせる鮮やかな黄緑色が特徴です。

このアーサイには、体内でビタミンAに変化し、健康維持や免疫力アップにつながるβカロテンやビタミンEなどが含まれています。特にビタミンEは若返りのビタミンと言われているので積極的に摂りたいですね。

この可愛い野菜で一足先に春を感じてみませんか。



作り方

- ①アーサイを洗ったら、水を張ったボウルで5分程浸しておきます。
- ②アーサイをザルに上げて水気を切ったら、縦半分に切り、食べやすい大きさに切りそろえましょう。
- ③鍋に半分くらいまで水を入れ、少々の塩と共に沸騰させたら、切りそろえたアーサイをサッと湯にくぐらせ、水に浸さずに冷まします。
- ④ニンニクはすり下ろすか細かいみじん切りにしてコチュジャンとよく混ぜます。しっかり混ぜたら醤油を足してさらに混ぜます。
- ⑤粗熱がとれたアーサイを混ぜ合わせ、冷蔵庫で冷やしましょう。食べる直前に器に盛って完成です。

材 料

アーサイ		5～6個
ニンニク		1片
薄口しょうゆ	...	大さじ1.5
コチュジャン		小さじ1
塩		ひとつまみ

編集後記

年明けから再び感染者が増加しつつある中、2年ぶりとなる成人式が開催されました。今月号では、新成人たちの凛とした晴れ姿を例年よりページを拡大してお届けしています。

コロナ禍が社会に暗い影を落とす中で、大人としての第一歩を踏み出した若者たち。これから大きく成長していく彼らの未来を祝いつつ、私たちも紙面の若者たちから元気を分けてもらいましょう。

式典後、会場の外では成長を一番近くで見守ってきた保護者と記念撮影をする新成人の姿をたくさん見掛けました。そこには、20年分の感謝を伝えるかのように胸を張る若者と、その成長に目を細める保護者の姿がありました。この特集記事が、コロナ禍でなかなか会えない彼らの大切な人たちへ想いを伝える一助になれば幸いです。（と）