



ハナショウブ

うたごよみ 水無月

〔短歌〕

渡辺幸士選

肥後弁で姪とラインのやり取りの脳トレ  
し雨多き日は 池田キヨ子

娘らと行く動物園は久しぶり花と動物賢  
過ぎる 赤星 文子

麦刈りを間近にひかえ田人等の田植えの準  
備進みつつあり 緒方 明美

薄紅に大地を染めて八重桜咲くも美し散  
るも美し 塚原 暁益

我が好み知りてをりしか姪より届きし菓  
子はモンブランケーキ 内田乃武子

昨日より「上手くなったな」鶯の声澄み渡  
る竹林の中 吉永由紀子

朝の陽に真向かい歩く吾の道前へ前へと初  
夏の風 渡辺 幸士

〔肥後狂句〕

北川直美選

どしこでん

自分で掘って持って行け 広田みどり

どしこでん

リングの似合う指ならば 下山 千恵

どしこでん

買う買う買うと切りんなか 志垣 光

どしこでん

頑張ってみるともよかる 佐藤 葵

どしこでん

山水だけん使いたい 平井やよい

どしこでん

親の遺産が有るもんか 長原 産賀

どしこでん

葉の数のふえるだけ 光永 六

どしこでん

国の借金どうするの 井元あさみ

どしこでん

カードで買って自己破算 日高 美里

どしこでん

飲めてた頃が懐かしか 上田 梅清

どしこでん

預金口座は持ってても 中村 南幸

どしこでん

妻の邪推は底知れん 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)

birth  
**お誕生おめでとう**  
住所 氏名 性別 保護者  
豊内 後藤 梨音 女 貴史  
ほか3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  
白旗 石橋 賢二 91 賢 信  
大町 山口 利治 71 勝 子  
船津 井上 光子 100 徹  
中横田 本田 満須子 89 奈美枝  
中横田 梶本 幸男 82 夏 枝  
岩下 井藤 スエ子 89 スエ子  
豊内 水上 茂美 94 美奈子  
早川 墓田 清人 87 ユイ子  
白旗 川崎 育夫 56 恵美子  
早川 入口 幸恵 87 幸 恵  
麻生原 本田 初恵 98 初 恵  
下横田 平井 紀六 81 玲 子  
世持 上田 哲夫 94 順 治  
ほか4人

data 甲佐町の人口・世帯数		
項目	数	増減
男	4,950	3
女	5,366	4
計	10,316	7
世帯数	4,405	8

令和4年4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)



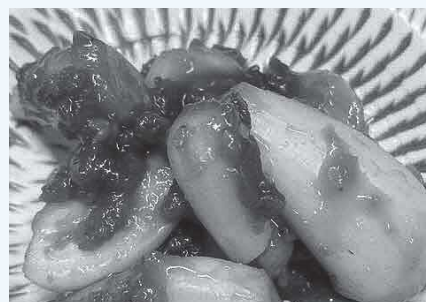
### ラッキョウのかわり味噌漬け

#### ご存じですか？

こうさの野菜がそろった「ろくじ館」に並んだラッキョウの香りに初夏を感じるようになりました。あの特徴的な香りは、ラッキョウに含まれるアリシンによるもので、疲労回復に効果があるってご存じですか？

アリシンは、内臓の動きを活発にするため食欲不振を解消する効果が期待できます。さらに血行を良くして体を温める効果や、ビタミンB1の吸収も促進するため疲労回復にも役立ちます。来るべき酷暑を乗り切るためにも今のうちに漬け物にしておきましょう。

ただし、食べ過ぎは消化不良を起こしますので、1日4粒程度にしておいてください。



#### 作り方

- ①ラッキョウの泥を洗い、頭と根の部分を取り落とし、外側の堅い皮をむきます。
- ②熱湯に入れ、10秒ほど浸したらザルにとり、ペーパータオルで水気をとります。
- ③鍋で味噌と砂糖、赤酒を中火で加熱し、フツフツしたら火を止めて練り上げます。ボウルに移して冷ましたら、ラッキョウを入れて混ぜ合わせます。
- ④消毒した容器に移したら、カビを防ぐために、空気が入らないようにラップを密着させてふたをします。
- ⑤冷蔵庫で1カ月程寝かせたら味がしみ込んだラッキョウの味噌漬けの完成です。

#### 材 料

ラッキョウ	.....	300粒
好みのみそ	.....	250粒
砂糖	.....	大さじ5
赤酒	.....	大さじ6

#### 編集後記

先月号の編集後記でお伝えしたとおり、稚アユ放流の取材に行ってきました。川の中に入りながらも、なんとか子どもたちの元気な姿をカメラに収めることができて良かったです。写真や記事の感想をいつでもお待ちしております。

やな場が3年ぶりに開業します。取材で料理を拝見しましたが、その美しさに感銘を受けました。やな場の料理を1度も味わったことがないので今年中に食べに行きます。

川は普段、釣りや川遊びを楽しめる場所である反面、豪雨や大雨時は氾濫し私たちの命を危険に及ぼすこともある存在です。災害の危険性や防災について「こうさスタイル」で永井室長が語ってくれています。梅雨入り前のこの時期に役立つ内容が書かれていますので、ぜひご覧ください。(志)