

俳苑

●投稿先・秘書広報室 藤久保二〇〇一 〆(二五八)〇〇一九
 メールアドレス・hisyo@town.satama-miyoshi.jp
 ※投稿は、はがきかメールで一首。漢字のルビ、電話番号を明記。

採れたての産毛チクチク路地きうり 吉岡伴明
 窓外の雨うらめしきリック置く 志村美代子
 梅雨明けのうす雲夕陽に染まりおり 砂田幸子
 恵雨にて蟬蘇りミンミンと 新田規子
 梅雨明けの陽差しあびつつ布団干し 都筑峰子
 涼風やキッチンカーの幟のぼりばた 伊藤博
 通学の近道急ぎ草いきれ 石川靖子
 梅雨明けや新プログラム新紙幣 田中正三

ポンポンとスイカ出きたか指の音 渡辺貴司
 褪せてなお紫陽花の美は咲きつづけ 服部厚志
 茅葺きの湯宿の夕や蟬しぐれ 中西倫
 白きへそ見せて日傘の勝負服 加藤隆一
 久し振り話さへぎる蟬しぐれ 後藤誠
 村雨に添ひつ離れつひとり傘 長岡昭典
 精一杯鳴ひて七日の蟬しぐれ 熊倉知恵子
 静けさと名もなき社朝の蟬 渡辺美恵子

歌壇

●投稿先・秘書広報室 藤久保二〇〇一 〆(二五八)〇〇一九
 メールアドレス・hisyo@town.satama-miyoshi.jp
 ※投稿は、はがきかメールで一首。漢字のルビ、電話番号を明記。

大川の夜空見上げる今宵かな耳を劈く大輪の花
 呑んで寝てそのまま覚めず逝きしひと短歌以外はなにかも師よ
 欄干よりあざとう鯉をみまもれば影をくずして次々来る
 紫陽花の季めぐるとび思ひ出づ夫逝きはやも二十六年
 アスタナへJPN背に負ふ孫十七は異国の格技の熱きに挑む
 北極星の賢治の歌を思いおろかわず鳴き初む花巻の夜屋あぐりの歌
 万々の花をつけたるひまわりや豪雨で倒るも数多の花器で咲く
 青空の海風そよぐ校庭に笑顔の友は今何処やら
 日陰にてアイス頬張る観光地冷蔵庫へと急ぐ我
 日の出前刻一刻と変わる空大宇宙にポツンと一人

高橋寛
 町田勝男
 祖父江桂子
 泉郁子
 石井敏男
 仲野京子
 新田規子
 木村京子
 池永みどり
 星みゆき

日本手話で広げよう心の輪

新しい言語「手話」はじめませんか？

今月覚えてほしい日本手話は「日本」「メダル」「オリンピック」「パラリンピック」「デフリンピック」。ろう者のためのオリンピック「デフリンピック」についての会話をぜひ動画でご覧ください！

1 2

指の輪をつなぐ

1 2

指の輪を重ねる

YouTube <http://goo.gl/eEHkAv>

今月の出演

たかなみ みずすず
高波 美鈴 さん(右)

ほしの りょうた
細野 良太 さん(左)

メダル

日本

おたよりだより

広報みよしに寄せられた声をお届け！

FROM READERS

◆「自助・共助・公助」という言葉を初めて知りました。災害にきちんと備えなければと改めて思いました。(藤久保・ツルマさん)

災害はいつ起こるかわからないから、普段から

らんの備えが大切だね。備蓄品リストの記事がとても役に立ちました。リストと照らし合わせて自宅の備蓄品を見直したいと思います。(藤久保・いさん)

備蓄品を定期的にチェックすることも大切だね。僕は災害時でも好きなお菓子を食べてたいから、多めに買って備蓄しているよ。

みらいくんはすぐに備蓄の分も食べちゃうから心配だね。

みよしまつり楽しみにしています！(藤久保・Sさん)

今年のみよしまつりは9月7日(土)予備日8

日(日)に開催予定！屋台に花火に輪踊り…楽しみだね。

今回は特別に、姉妹都市であるマレーシアのパタリンジャヤ市からダンサーの皆さんが来てくれるよ！カッコいいダンス、早く見たいな！

【編集後記】

◆今回の特集はウエルビーイング。最近息子と昆虫や生き物の動画を見ることが癒しの時間です。取材を通して、多くの人に会い、色々なウエルビーイングに興味を持ちました。特に、私は運動不足を痛感しているので、まずは身体を動かすためにヨガを始めようと考えています。(山本)

まちかど ニュース

NEWS

昆虫ゼリー大好き カブちゃん



カブトムシのカブちゃんです。好物は昆虫ゼリー。息子にもよくなつていて、我が家のアイドル的存在です。(藤久保・ムシキング)

身近なニュース募集中

あなたの投稿待ってます！

美味しかったお店のメニューやきれいな景色、珍しい出来事など、身の回りのニュースを投稿しませんか。ご応募は秘書広報室窓口、郵送、メールフォームにて。

みよし野菜 おうちレシピ

小松菜とさつまいもを しらっと和えた白和え

小学生 考案レシピ

給食では、豆腐を使った和え衣を作ることができないため、代わりに厚揚げとマヨネーズを使った「変わり白和え」を作っています。ほっくり甘いさつまいもがおいしい一品です。

■材料：4人分

- 厚揚げ(7mmの色紙切り)..... 1/2枚
- さつまいも(1cmのいちょう切り)..... 1/5本
- 小松菜(1cmカット)..... 1株
- ★練りごま(芝麻醬)..... 小さじ1
- ★きびざとう..... 小さじ1強
- ★しょうゆ..... 小さじ1/2強
- ★酒..... 大さじ1強
- マヨネーズ..... 大さじ1
- 白すりごま..... 小さじ1

■作り方

- さつまいもを切って10分ほど水にさらす。白すりごまは乾煎りすると香ばしさアップ。
- 熱湯に厚揚げとさつまいもを入れ、3分くらい経ったら小松菜も入れて一緒にゆでる。30秒～1分くらいで取り出す。粗熱をとったら、冷蔵庫で冷やす。
- ドレッシングを作る。★を電子レンジ対応容器に入れてよく混ぜてから加熱(600W・10秒)。粗熱がとれたところで、マヨネーズを加えてさらに混ぜる。
- ②と③と白すりごまを和えたら完成！

町HPでは給食レシピをたくさん紹介中！二次元コードからアクセス

毎週水曜日、役場1階ロビーで「みよしっ子野菜市」を開催中！新鮮な三芳産野菜ぜひご賞味ください。