

俳苑

●投稿先・秘書広報室 藤久保二〇〇一 ☎(二五八)〇〇一九
メールアドレス・hisyo@town.satama-miyoshi.lg.jp
※投稿は、はがきかメールで一句。漢字のルビ、電話番号を明記。

余寒かな暦捲りて暖を押す
しゃぼん玉吹けぬ子あれば杖をおく
しゃぼん玉一瞬世の中映し消ゆ
靖国のまだかまだかと花見人
盛り場の独りは淋し春の宵
舞ふ桜名残り惜んで髪飾り
楚々と咲く庫裏の庭先戴椿
青空に映える菜の花桜待つ

服部厚志
萩原雅夫
熊倉知恵子
後藤誠
高橋寛
長岡昭典
渡辺美恵子
佐藤好則

顔しかめでも待ち兼ねた春一番
ハクシヨシコロナ禍以来のマスク美人
子らの行く鎌倉通り風光る
枝間より木漏れ日あつむ春日傘
火吹き竹鼻真黒に湯の沸けり
初雪や御雛様にも甘酒を
コーヒーの匙も眩しい春の朝
同じこと三度聞かるる日向ぼこ

野尻光之
池永みどり
菊地一彦
石垣庸子
亀原美枝子
渡辺貴司
木村幸子
志村美代子

歌壇

●投稿先・秘書広報室 藤久保二〇〇一 ☎(二五八)〇〇一九
メールアドレス・hisyo@town.satama-miyoshi.lg.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。

奥深き友の力作溪谷のシャッターチャンスに心満ちゆく
田起しやいつも通りの決まり事千年村に恵み齎す
ゆるゆると流れる川面のその向こう空より青いカワセミのこて
孫嫁ぐハワイの海に虹かかり二人の門出祝うがごとし
桜咲き南の風に香る発ち異国に眠る叔父へ届けよ
ひなまつり初冠雪の桃の花綿帽子被った嫁御にも似て
若き日の職場の友よ今いづこ楽しかったね輝いてたね
近代化する三芳野満開の桜軒場に見れるしあわせ

吉岡一朗
石川靖子
吉田京子
木村幸子
木村幸子
星みゆき
高橋寛子
泉郁子

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「サッカー」「テコンドー」「バスケットボール」「テニス」「野球」。今年は東京 2025 デフリンピックの年。一緒に身体を動かしましょう！



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



まちの掲示板

ゆったりヨガ

筋肉をゆっくり伸ばして、健康寿命を延ばしましょう。
■第1・第3木曜日10:30~11:20
■藤久保6区集会所 2階和室
■4,200円/3カ月
■岡田☎090-4591-8330

自彊術 会員募集！

始めてみませんか。手軽な健康体操です。見学随時可。
■毎週水曜10:00~11:30 (月3)
毎週木曜10:30~12:00 (月3)
■藤久保3区第2集会所
■2,300円/月
■内田☎049-257-0388

「話し方サークル」 みふじスピークス

話し方とコミュニケーションのスキルアップ。楽しい人生を仲間と共に！
■第2土曜日13:30~15:30
第4土曜日18:00~20:00
■鶴瀬西交流センター
■700円/月 入会費1,000円
■岡田☎090-3698-1533

【まちの掲示板掲載募集】

▶宗教団体・政治団体・営利目的は不可。
▶開催場所は公共施設に限る。
▶一度掲載した団体は次回まで6か月空ける(例:1月号の次は最短で8月号)。
▶原稿は100字以内。
▶紙面の予約は掲載月の6カ月前から前々月の10日まで先着順で受付。
【申込み・問い合わせ】秘書広報室 ☎258-0019 (内線314)

まちかど ニュース

NEWS

春よ、来い



4月を迎え、町内の至る所にピンクに染まった桜の木々が！毎年、この時期はキレイな桜に癒されています。(藤久保・YYYさん)

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。



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

◆夜桜の写真がキレイです。役場前の桜並木が幻想的でした。(藤久保・Hさん)
◆役場前の桜並木がライトアップされるの知らなかったので今度いきたいです。(みよし台・Tさん)

今年も、ライトアップされた桜並木はキレイだったね。ライトアップ期間は毎晩、桜を見に行っていたよー
みらいくんは暇なのかしら…でも、本当にキレイだから、見てほしいな！
町のInstagramにも桜の写真や動画がアップされているからぜひチェックしてみてね！
◆「95cmの目線からみえる子どもにやさしいまちづくり」がとても素晴らしい取り組みだと思いました。子どもの声を聴くことでより良いまちづくりができていくのだと思います。(北永井・Kさん)

95cmの目線だからこそ、子どもの声は町にとって貴重な意見になるよね。
より良いまちづくりのためには、みんなの意見が必要だもんね。みんなにやさしいまちをめざして、みんなで頑張っていきましょう！
【編集後記】
今年のゴールデンウィークは皆さん、どこへ行きますか？ぼくは、4月にオープンされたスケートパークでスケボーの練習をしようかな。今月号の特集「おそとdeみよし」を読んで、屋外レジャーを楽しんでもらえたら嬉しいな！

みよし野菜とマッシュルームのグラタン

女子栄養大学
学生考案
レシピ

みよし野菜ブランド化推進研究会が女子栄養大学と連携し、みよし野菜を使用したレシピを開発する「癒しのレシピ」の1品です。

材料:2人分

- キャベツ.....12g
- ほうれん草.....8g
- マッシュルーム.....8g
- ブロッコリー.....15g
- パセリ.....0.2g
- バター.....3g
- 小麦粉.....大さじ1と1/2弱
- 牛乳.....150ml
- ピザ用ソース.....2g
- コンソメ(顆粒).....小さじ1と1/2弱

作り方

- キャベツを3~4cm、ほうれん草は2~3cmの一口大に、ブロッコリーは1房を2~3等分に、マッシュルームは5~6枚にカットする。ブロッコリーは5分ほど水にさらす。
- 鍋(もしくは深めのフライパン)にバターをひき、キャベツ、ほうれん草、マッシュルームを入れ中火で炒める。
- 野菜に火が通りしんなりしたら、一度火を止め小麦粉を入れ、野菜と混ぜ合わせる。
- 野菜にまんべんなく馴染ませたら、ブロッコリー、牛乳、コンソメを入れ、弱火にかけゆっくり混ぜる。
- フツフツとし始めたら火を止める。
- 鍋からカップに移し、チーズを一つまみ分乗せる。カップをトントンと上から軽く落とし、空気を抜く。
- トースターで220℃で7分程加熱する。
- 焼き上がったら取り出し、パセリをかけて出来上がり。

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！新鮮な三芳産野菜をぜひご賞味ください。

