

# 俳苑

●投稿先・秘書広報室 藤久保 二〇〇一 〇二五八 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句。漢字のルビ、電話番号を明記。

秋風を切り裂くソフトボールかな 伊藤 博  
鈴虫の声に癒され一服す 渡辺 貴司  
天高しホルンの響一ノ倉 志村美代子  
百歳を祝す賞状薄紅葉 金谷 秋子  
起床！朝顔ラッパ朝日向き 保坂 一彦  
秋深し老ひのカラオケ詞の重さ 服部 厚志  
名月を眺めつ歩む散歩道 吉田 忠夫  
紅色にフツフ湧き出す曼殊沙華 石垣 庸子

秋雨の暮前にオモチャ銘五歳 園田 豊美  
豊漁と聞けど高値のサンマかな 田中正三  
俳優の目力強し野分立つ 石川 靖子  
さつま芋腹で変身尻となりて 亀原美枝子  
秋天や不戦実績八十年 中西 倫  
蒔き直す家庭菜園秋ひでり 後藤 誠  
頭たれ稲穂のさきに仏かな 荻原 雅夫  
彼岸花鮮やかに咲く赤と白 村瀬 鏡三

# 歌壇

●投稿先・秘書広報室 藤久保 二〇〇一 〇二五八 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。

ヨタヨタとフワフワ飛んで浴室ののんびりやさんの蚊が匹おりて  
縁側で夫と二人茶を飲む漬けた沢庵いと旨かりし  
南方に散りし兵士の怨の夏昭和百年戦後八十年  
温暖化季節めぐり来て彼岸花草もみじの中赤々と映ゆ  
水色に透ける空は筋雲の三本描かれ秋を奏でり

星みゆき  
新田規子  
砂田幸子  
泉郁子  
仲野京子

## 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「プレゼント」「みかん」「ストーブ」「年末」「こたつ」。手話でデフリンピックを応援しましょう！



You Tube <http://goo.gl/eEHkAv>



## まちの掲示板

### みよし日本語教室 ボランティア募集

外国人の方への日本語学習をサポートするボランティア活動です。  
■ ①毎週水曜日10:00～12:00  
②毎週土曜日14:00～16:00  
所 ①藤久保公民館 ②竹間沢公民館  
問 藤久保公民館 ☎258-0690  
竹間沢公民館 ☎259-8311

### なごみ yoga ～やさしいヨガと瞑想のヨガ～

前半はやさしいヨガ、後半は寝たまま瞑想のヨガ。心と身体が緩むやさしい感覚を体感しませんか。  
■ 毎週日曜10:00～11:30  
所 竹間沢公民館 和室  
問 1000円/1回  
問 高橋 ☎090-3918-3774

### みよしデジカメクラブ 写真展

会員を募集しています。  
定例会は毎月第2火曜日です。  
■ 11/28(金)～12/7(日)  
所 藤久保公民館 ロビー  
問 道川 ☎270-0698

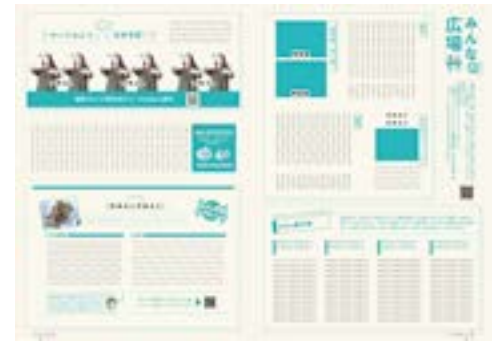
### 【まちの掲示板掲載募集】

▶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3か月空ける(例:1月号の次は最短で4月号)。  
▶原稿は100字以内。  
▶紙面の予約は掲載月の3か月前から前々月の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)

## CHECK

皆さんの作品を  
このページに掲載しませんか？

「みんなの広場」が  
来月号からリニューアル！



来月号からこのページ(みんなの広場)をリニューアルします。町民の皆さんの作品(絵画・絵はがき・イラスト・写真・手芸・工芸)などを幅広く募集しますので、どしどしご応募ください。  
※右コード、HPなどから応募できます。



## 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

◆マレーシアのデフリンピック選手が三芳町でトレーニングをしているのは知らなかったです。音のない世界で、競技を行うのは大変ですが、選手一人ひとりが全力を出せる工夫がすごい

なと思いました。(藤久保 さん)  
選手の皆さん素晴らしいパフォーマンスだったね！フレンドリーに接してくれてファンになった。  
たくさんさんの感動に感謝だね！町のみんなと交流したり、大切な思い出になったよ。  
◆町出身の勝俣選手が男子ゴルフツアーで優勝して良かった。(北永井・Yさん)  
勝俣選手が優勝して、嬉しかったな。今回、町のふるさと大使にも就任したので、今後の活躍

に注目だね。ぼくも勝俣選手にゴルフ習いたいな...。  
みらいくんが上手にゴルフをしている姿が想像できない...。  
◆毎月、広報みよしで三芳町情報を知れるので、楽しみです。(竹間沢・Aさん)  
広報みよしはこれからみなさんの生活を支える情報を発信していくよ！  
【編集後記】  
◆三芳町町制施行55周年おめでとう！これからも忘れられない思い出を三芳町で作っていくぞ。ぼくも全国で有名なマスコットキャラになれるように頑張るぞ(みらい)

## 富のさつまゴロッとパスタ

給食レシピコンクールで「富(とめ)の恵みをぐっと感じられるで賞」に選ばれた料理です。さつまいもがゴロッと入っているため、とてもボリュームのある一品に。だしのうま味とさつまいもの甘味が一体となり、今までにないおいしさです。



### ■材料：4人分

- さつまいも ..... 2/3 本
- ほうれんそう ..... 1 株
- しめじ ..... 2/5 パック
- スパゲッティ ..... 120g
- サラダ油 ..... 小さじ 1 と 1/2
- 鶏小間(もも) ..... 80g
- 食塩 ..... ゆで湯の 1%
- 黒こしょう ..... 少々
- しょうゆ ..... おおさじ 1
- 荒塩 ..... 少々
- だし塩(または水) ..... 1/2 カップ

### ■作り方

- ①サラダ油をフライパンや鍋で温め、鶏小間に黒こしょうを振って炒める。
- ②しめじを加えて炒める。
- ③だし汁・しょうゆを加えて温める。
- ④別の鍋でスパゲッティをゆでる。ゆで上げる 1 分前にほうれんそうも加えて、一緒にゆでる。
- ⑤スパゲッティ+ほうれんそうをザルにあげ、軽く水気を切る。加熱済みのさつまいもと麺を、温かい③(具の鍋)に入れて全体を温め、残りの塩で味を調えたら、完成！

さつまいもの美味しい季節がやってきたよ。



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。

