



や なり こうせい  
屋成 広晴さん(7歳)弟  
〔上堀川〕

- 趣味 水泳
- 将来の夢 大工
- 尊敬する人は 水泳の北島 康介選手
- 自分を一言であらわすと おもしろい人です(友人談)。

## 菊陽人 りさ〜ち



「菊陽人りさ〜ち」に掲載を希望される方は、はがきに「氏名」「年齢」「住所」「連絡先(屋間)」を明記のうえ  
〒869-1192菊陽町役場総合政策課「菊陽人りさ〜ち」係までお送りください。  
注)掲載対象は、小学生以上で菊陽町に居住している方に限ります。親子、祖父母と孫など2人1組での掲載もできます。掲載が決まりましたら、こちらよりご連絡いたします。



や なり たいせい  
屋成 大世さん(9歳)兄  
〔上堀川〕

- 趣味 野球・サッカー
- 将来の夢 サッカー選手
- 今一番やりたいことは キックベースボール
- 自分を一言であらわすと 楽しい人です(友人談)。

# 新春特別企画 7つの違い 菊池郡市4市町広報誌 読者プレゼント

菊池郡市広報誌の共同企画として、菊池郡市各市町より賞品の提供をいただいています。  
右記の上下の枠内の絵から7つの違いを探して、答えをハガキに書いて送ってください。  
正解者の中から抽選で、下記の賞品をプレゼントします。  
※応募は1人につき1回で、賞品の選択はできません。

- 賞品**
- 菊池市「道の駅泗水「養生市場」お買物券(1,000円)2人」
  - 合志市「ユーパレス弁天温泉券 ペア2組」
  - 大津町「らくのうし大阿蘇牛乳1ケース(250ml24本)1人」
  - 菊陽町「菊陽総合交流ターミナル「さんふれあ」さんさんの湯入浴券 ペア2組」

- 応募方法 ハガキに答え、あなたの住所、氏名、年齢、電話番号、広報(町)に対するご意見、ご感想をご記入のうえ、〒869-1192(住所不要)菊陽町役場 総合政策課「新春特別企画7つの違い」係へ送ってください。
- 締切日 1月23日(金)当日消印有効
- その他 当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。なお、お送りいただきました個人情報につきましては、賞品の発送以外には使用しません。



## からだにやさしいお正月料理

1年のはじめに家族の健康を願って、からだにやさしくおいしいお正月料理はいかがですか?  
※誌面の都合上、作り方の一部を掲載しています。掲載していない料理の作り方については、下記へお問い合わせください(ただし、土・日曜日・祝日・年末年始を除きます)。  
※エネルギー・塩分量は、いずれも1人分です。大さじを大、小さじを小と表示しています。



- 献立**
- ①たたきごぼう
  - ②えびの黄金焼
  - ③凍り豆腐のえび巻き煮
  - ④サーモンの鳴門巻き
  - ⑤五目中華風おこわ
  - ⑥すまし汁
  - ⑦昆布の重ね煮
  - ⑧牛肉の大根巻き
  - ⑨フルーツきんとん
  - ⑩いりどり

**②えびの黄金焼(1人分)(143kcal 塩分0.3g)**  
材料:えび2匹、卵黄1/2個、黒いりごま少々  
作り方:①えびは尾の一節分を残し殻をおき塩もみして水洗いし水気を拭いて背開きし背わたをとる。②天板にオープンシートを引いて①を並べ150℃のオープンで4分焼く ③卵黄に塩少々を加えたものを②の表面へハケで塗る。再びオープンにいれ、表面が乾いたらもう一度卵黄をぬり、いりごまをふりオープンにいれ表面を乾かす。

**③凍り豆腐のえび巻き煮(2人分)(121kcal 塩分2.0g)**  
材料:凍り豆腐1.5枚、無頭エビ60g、塩0.5g、酒小1/2、片栗粉大1/2、(だし1C、塩1/4、砂糖大1、薄口しょうゆ大1/2)、三つ葉の軸8本  
作り方:①凍り豆腐をもどし、絞って厚みを半分に切る。②エビは、殻と背わたを除き、塩少量(分量外)をまぶし水洗いし、水気を切る。細かくたたき刻み粘り気が出るまで練り混ぜる。③凍り豆腐一切れに②を入れて巻き、両端をタコ糸で縛る。④だしと調味料を加え煮立て、③の巻き終わりを下にして並べ、落とし蓋をして弱火で20分煮る。⑤タコ糸をはずし、ゆでた三つ葉の軸で結ぶ。

**④サーモンの鳴門巻き(1人分)(154kcal 塩分1.7g)**  
材料:スモークサーモン40g、卵1個、塩適量  
作り方:①卵をときほぐし塩を加え薄焼き卵を2枚つくる ②あら熱をとったら1枚につき半量のサーモンを手前から隙間なく巻き、食べやすい大きさに切る。

問い合わせ 健康・保険課 保健予防係 ☎ 232-4912

## 短歌会

雨の音聞きつつ布に糸刺せば一輪一輪花開きゆく  
朝毎にシャッター開けて空を見る輝く雲に祈るひと時  
大江通りの木葉舞う中走り抜けなつかしい街に友らと集う  
葎の花白く小さき花なれど空に向かいて大らかに咲く  
溶岩の力強き断層は噴火の時の色を出したり  
この日頃歩けば膝に痛みあり葉をのみて文書配りす  
小春日に垣根の万両色付きぬ舞ひ来し揚羽止まらずに去る  
吾が指にはまらぬ指輪をひとつ持つかくも細かりし母でありしか  
留守電の解除ボタンを押したれば「遊びにおいで」と母の声あり

今村 貞子  
上野 敬子  
上野 陽子  
岡本まさえ  
菊川あさみ  
下田 久子  
皆嶋 宋菊  
森 敦子  
柚井 玲子

総薄や海にしばらく車止め  
故郷は近くて遠し落葉坂  
冬銀河生流転の旅つづく  
母を訪ふ見知らぬ人や石露の花  
艶も香も新米らしく炊き上がり  
舞ひ来るや色とりどりの落葉掃く  
奇鍋を突きつ語るクラス会  
うつろなる旅の始まり落葉風  
彩りを添へし狭庭の石露の花  
夕闇や冷えの増しゆく神無月  
稲刈りを友連二人と競争だ  
象の墓こすもす沢山そなえたよ  
今にして故郷甘酒想ふこと

坂本百合子  
田中 郁子  
村田 正三  
井 子文  
財津 早雪  
原野レイ子  
西村ひとえ  
カ 幸子  
寺尾千代子  
佐藤 颯  
佐藤 航  
佐藤 健  
佐藤 節  
吉野 早苗  
川口 豊子  
井上久美子  
宮川ユキエ  
日高 妙子  
曾我 育代  
曾我トモ子  
紫藤 祥子  
村上 朋子  
野口 令史  
松橋 強  
佐藤 澄世  
三島 一路

## 菊陽旬会報

## きくよう文芸

菊花展共に見し友今は亡し  
雨あとや庭に木犀匂ひ立ち  
田川り終へ清正井手に太鼓なる  
小さき旅古き鉄路に草紅葉  
柿落葉の小庭を埋めつくす  
庭掃きて心身共に秋の天  
鳴る竹の風立ち騒ぎ  
獅子袖子の枝を挽いて大りけり  
ゆつたりと歩す老いつつむ落葉径  
木犀の香にまはれし散歩道  
夕焼が好きでたづねし父母の郷  
里祭四隅の竹に注連つらね  
こぼれ散る一つの花も秋の宿