

虫歯のない子



草薙 明日菜ちゃん
あすな
(宝門町)
もっとかわいくなれるように歯みがき頑張ります。



高階 星那ちゃん
せな
(元本堂南部)
毎日歯みがき頑張っています。



高橋 稀衣ちゃん
きい
(南町)
お兄ちゃんと一緒に歯みがき頑張っています。



坂本 優輝ちゃん
ゆうき
(外川原)
お兄ちゃんと一緒に歯みがき頑張っています。



伊藤 蓮
れん
(新町)
毎日歯みがき頑張っています。



藤井 悠瑠ちゃん
はる
(細筑)
歯みがき嫌がらずに頑張ります。



上遠野 晴斗ちゃん
はると
(天神堂)
一人で歯みがきできるように頑張ります。



佐藤 璃莉ちゃん
りり
(天神堂)
これからも歯みがき頑張ります。



伊藤 寧音ちゃん
ねね
(駅前)
これからも歯みがき頑張ります。

もっと野菜を食べよう

食改さんの 試してレシピ



今回のメニュー

「玉ネギのファルシ」

作り方

- ① 玉ネギは皮をむき、上部1.5cmを切り、下部は根を取り除く。ラップで包みレンジ(500W)で5分加熱後、ラップを外し、外側1.5cm残してスプーンで中身をくり抜く。くり抜いた玉ネギはみじん切りにする。
- ② ボウルに豚ひき肉とAを加えて粘りが出るまでこね、①の玉ネギのみじん切りも混ぜる。
- ③ ①のくり抜かれた玉ネギに②を詰める。
- ④ ニンジン皮をむいて1cm角切りにする。
- ⑤ 水1.6リットルを沸騰させた鍋にコンソメ・③・④を入れて中火で20分くらい煮る。(玉ネギが透明になるまでが目安)塩コショウ少々で味を整える。
- ⑥ ⑤を器に盛り付け、パセリを少々ふりかける。

材料(約4人分)

・玉ネギ	4個	・ニンジン	1/2本
・豚ひき肉	120g	・水	1.6リットル
		・固形コンソメ	2個
A	塩 ひとつまみ	・塩	ひとつまみ
	砂糖 ひとつまみ	・こしょう	少々
	粗びきこしょう 少々	・乾燥パセリ	少々



ファルシとはフランス語で「詰め物」のことです。

ワンポイントアドバイス

玉ネギをまるごと使うことで甘みが口に広がります。玉ネギの他にジャガイモやパプリカでも応用できます。

文芸美郷

短歌

九十二が尚なせ生ぎる老い耄れて現が地獄と化すならんに
贈られし小ちようらん美し母の日に朝茶淹れ、ば茶ばしらの立つ
被爆者に敬意を表したオバマ氏に核廃絶の実現を祈る
初夏におう桜吹雪に足止めて踊る姉子のめんこさを知る
初出勤の孫は定時に帰りたり言葉少なくひたすら眠る
東名高速の工事の発破のはげしさを作業していたふたりが語る
木下暗にゼンマイ見つけ踏み込めば右や左と数しれずあり
仲間等と一万枚に種をまき何はともあれ乾杯をする
そのみを明るくしいる黄の桜小雨に煙る山の谷間に
コンサートコーラス添えて県民歌五月晴れた美郷に響く
生受けて数多の人に支へられ今ある幸に日々感謝なり
口数の少なき孫と二人いて話題乏しく昼食を取る
民家にもせせらぎに似た音ありて小池流るる小石の上を
出湯へと奔る車窓に匂いくる山百合の香の間に渾然す

- | | |
|------|-------|
| 金沢西根 | 東海林甚平 |
| 六郷 | 林 文子 |
| 金沢 | 伊藤 敏子 |
| 安城寺上 | 森元 宏美 |
| 善元寺 | 高橋イツ子 |
| 一丈木 | 高橋 冬樹 |
| 第一眺 | 小木田敏子 |
| 羽貫谷地 | 武田 敏男 |
| 小荒川 | 齊藤 キミ |
| 大柳 | 高橋 秀司 |
| 愛知県 | 寺澤 良子 |
| 千屋 | 高橋 重寿 |
| 田の尻 | 藤原 一男 |
| 六郷 | 後藤 悠万 |

俳句

春花の香り移ろい衣更え
日和得て日に日に青む植田かな
苗束と神酒を供えし夕べかな
敷草の泥をつけずに田植終ゆ

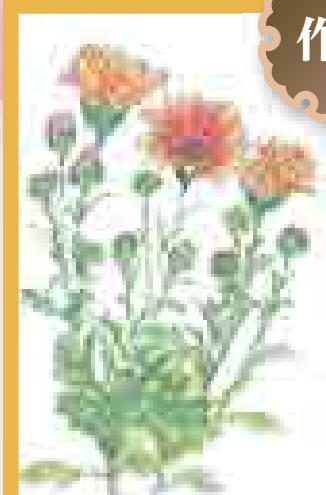
- | | |
|------|-------|
| 六郷 | 西村 文子 |
| 金沢西根 | 加藤 省市 |
| 金沢西根 | 加藤 栄子 |
| 六郷 | 高橋みつを |

川柳

トイレ中柱に残る爪亡き妻の跡
鼻歌で心弾ませ今青春
巨人軍と東京大田口投手活躍す
飲み込んだ怒りも酒にゲップ出る
参院選アベノミクスの判定は
下の子が歩いて来たよ嬉しいな
メモ用紙書いた数字はなんだっけ

- | | |
|------|--------|
| 塚 | 美郷 紫香 |
| 中野 | 深澤 光二 |
| 一丈木 | たぐちとしを |
| 上野荒町 | 鈴木 直保 |
| 羽貫谷地 | 渡邊正右工門 |
| 上畑屋 | 小林 大悟 |
| 西高方町 | 入海小夜子 |

作品



「オステオスペルマム」

坂本和子さん(六郷)

作品を募集します(短歌、俳句、川柳、イラストなど)

作品には読み仮名をおふりいただき、応募される方のお名前、住所、電話番号を明記のうえ、7月13日(木)までご応募ください。応募は1点とし、応募者多数の場合は掲載できないことがあります。内容が広報掲載上好ましくない作品については掲載しません。

応募先 ● 役場総務課、六郷出張所、仙南出張所
町のメール info@town.misato.akita.jp

学友館から 新刊図書のご案内

問い合わせ ● 学友館 ☎0187(84)4040

今月のおすすめ

不器用っ子が増えている 手と指は〈第2の脳〉
谷田貝 公昭(編・著)
金子みすゞ・金澤翔子 ひびきあう詩と書
金子 みすゞ(詩)、金澤 翔子(書)
ズートピア スーザン・フランシス(作)
「悩み部」の焦燥と、その暗躍。麻希 一樹(著)

一般図書

図書館「超」活用術
日本史有名人の身体測定
若い有権者のための政治入門
早わかり目で見える食品&食材成分事典
麻ひもで編むかごとバッグ
掃除は「ついで」にやりなさい!
コンビニコーヒーは、なぜ高級ホテルより美味しいのか

ひと目でわかる花木と果樹の剪定と育て方
ブティック社(出版)

児童書

現代用語の基礎知識学習版 2017 自由国民社(出版)
ここで土になる 大西 暢夫(著)
カブトムシvs.クワガタムシ強いのはどっちだ! 本郷 儀人(著)
二日月 R.J.パラシオ(作)
ワンダー R.J.パラシオ(作)

絵本

たなばたバス 藤本 とむひこ(作)
路線バスしゅっぱ! 鎌田 歩(作)
まりひめ 岩崎 京子(作)
こうじのくるま コヨセ ジュンジ(さく)
むしめがねのルーペちゃん くりはら たかし(作)