

# 介護保険事務所からのお知らせ

## 介護保険 出前講座のご案内

### 【出前講座ってなに?】

少子高齢化が進む中、介護保険は高齢者の暮らしを支える社会保障制度として、重要性がますます高まっています。

介護保険事務所では、「介護保険」についてより知っていただくとともに、皆さんから意見を伺う場として、職員が直接出向いてお話をする「介護保険」出前講座を行っています。

### 【講座の内容】

例えば「要介護認定の申請からサービスの利用のしかたについて」「介護保険のサービスの種類や利用料金について」「介護保険料について」「介護保険制度改正について」「高齢者施設について」など、介護保険に関して知りたいこととお話しします。

### 【開催時間】

講座の時間は60分から90分程度です。

### 【開催場所】

受講するグループ・団体等で会場をご用意ください。

### 【対象】

美郷町に在住、在職の方で10人以上受講できるグループ・団体・企業です。10人以上受講できるのであれば、個人での申し込みもできます。

※町内会や自治会、老人クラブなど、地域の会合にも伺いますので、お気軽に申し込みください。また、企業の社員研修の場などにもぜひご活用ください。※詳しくは介護保険事務所までお問い合わせください。

大曲仙北広域市町村圏組合では、ホームページ「OS介護ネット」を通じて、美郷町の介護保険に関する情報を公開しています。

ホームページ「OS介護ネット」  
URL:<http://www.oskaigonet.or.jp/>

問い合わせ

介護保険事務所 広報啓発担当 ☎0187(86)3910

MENU  
今回のメニュー

「きな粉巻き」 \ 今月は野菜で /  
おやつ!



### 材料(約10切れ分)

・黄色きな粉 200g	・砂糖 300g
・緑色きな粉 200g	・塩 少々
	・長芋 400g

### ワンポイントアドバイス

長芋は粘りの強いものを選びましょう。水っぽいのだと出来上がりが柔らかくなります。

もっと野菜を食べよう

食改さんの  
試してレシピ



### 作り方

- ① 長芋は皮をむいてすりおろし、2等分にしておく。
  - ② ボウルに長芋半分と黄色きな粉・砂糖150g・塩少々を入れてひとまとめになるまで手でよくこねる。ひとまとめにしたら20cm×20cmになるように麺棒で伸ばす。
  - ③ もう一つのボウルに残りの長芋・緑色きな粉・砂糖150g・塩少々を入れてひとまとめになるまで手でよくこねる。ひとまとめにしたら20cm×20cmになるように麺棒で伸ばす。
  - ④ ラップの上に黄色きな粉生地と緑色きな粉生地を重ね合わせて、くるっとひとまとめに巻く。巻いたらラップで包む。切ると断面は「のの字」になります。
- ※ 保存料が入っていないため、長期保存ができませんので早めに食べましょう。

# 文芸美郷

## 短歌

生れ変りまた夫婦をと望んでも我儘が嫌と亡妻は言うらん  
手鏡をそつとのぞいた顔の皺数え切れずに明日またねと  
千古より湧いて流れる名水の天の恵みに心手合わす  
今しばし芽をうごかしている風を追憶を吹く風とおもいし  
春が来た実家の畑母いないありし日遺影今日も微笑  
芽吹きする野辺の草木に戯れて春は味覚のバツキや味噌食う  
富有柿の剪定空を見上げれば機の白線が彼方消え行く  
初咲きの庭の水仙供花として飾れる花の香のかぐわしき  
去年の秋家庭に千種のふりしきて雪間にのぞく芽の揃い起つ  
枕もとの「古びた辞書」と「虫めがね」たよりに今朝も一首詠みあぐ  
膝腰の痛みに負けず外にでて仲間と喰べるオニギリの味  
正月の我が家の空気ピリピリすセンター試験受くる孫いて  
健康は金があつても買えないと思つて歩く十キロの道  
縁側に春日をあびて育ちいるシンビジュームと並んで座る  
空洞化する残雪に幾たびも足とられつつ窓辺の雪かく  
被きたる雪を落として桜木はゆるゆるの蒼き空に伸びゆく  
ひとり居をやめて施設へ移り住む媪のためにボールペン買う  
催花雨にクロッカス咲きたりほつこりと春一番よと誇らしげに

金沢西根 東海林甚平  
六郷 岩田 貞  
大柳 高橋 秀司  
金沢 伊藤 敏子  
六郷 籠谷 ミチ  
安城寺上 森元 宏美  
愛知県 柳澤 良子  
千屋 高橋 重寿  
旭町 後藤 悠万  
六郷 岩田 貞  
大町 藤本 昇  
善元寺 高橋イツ子  
羽貫谷地 武田 敏男  
小荒川 齋藤 キミ  
第一眺 小木田 敏子  
大坂 加藤 公司  
一丈木 高橋 冬樹  
下畑屋 大久保キヨ

## 俳句

駄駄児めく餌待つ鯉や水温む  
季節巡り人無き庭にクロッカス  
花吹雪くぐる遊びの甍へり  
春の川流る水の速さかな  
職人の鎚音運ぶ春の風  
身の丈も仕事に組て里芋を伏せ

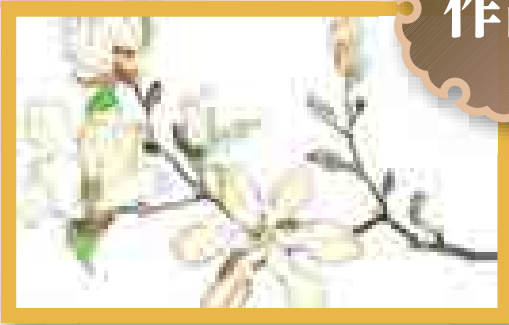
千屋 戸澤 陽子  
六郷 西村 文子  
六郷 高橋みつを  
金沢西根 加藤 省市  
金沢西根 加藤 栄子  
小荒川 佐藤 俊

## 川柳

準備したPKO活動(改正)戦争に  
サクラサク国家試験に合格孫娘  
シニアでも楽器を持ってはまだ若い  
子離れし空を泳がぬ鯉のぼり  
カシカ風呂露天入りし心ち良く夜空を仰ぐ満天の星  
春霞政局ほんのり参院選へ  
ランニング駅伝に向け始めたよ  
春が来た爺婆の心に桜咲く  
大好きとその気にさせた酒の席  
めがねかけそれでも見えず虫めがね

塚 美郷 紫香  
一丈木 たぐちとしを  
中野 深澤 光二  
上野荒町 鈴木 直保  
田の尻 藤原 一男  
羽貫谷地 渡邊正石工門  
上畑屋 小林 大悟  
元本堂北部 齋藤しほ子  
本堂城回 戸沢 夢人  
西高方町 入海小夜子

## 作品



「辛夷」 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、5月13日(金)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き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

大空では毎日、奇蹟が起きている。  
オープンブックス編集部(編)  
川瀬巴水木版画集 川瀬 巴水(著)  
世界中のひまわり姫へ  
小笠原 みどり(文)、永田 萌(絵)  
2歳からはじめる読み聞かせ絵本・日本の名作  
内田 伸子(監修)、永田 萌ほか(絵)

### 一般図書

なぞとき紙芝居1・2 中村 ふみ(著)  
自信がある人になるたった1つの方法 下園 壮太(著)  
16歳の語り部 雁部 那由多ほか(語り部)  
夫もやせるおかず作りおき 柳澤 英子(著)  
マステで素敵にアレンジ楽しいギフト&おもてなし  
森 珠美(作品)  
99のなみだ 本当にあったところを癒やす10の物語 第5夜・6夜  
リンダブックス編集部(編)

### 児童書

よこまち余話 木内 昇(著)  
維新経済のヒロイン広岡浅子の「九転十起」 原口 泉(著)  
はじめてのおえかきえほん イブルーダイニング(著)  
ムナのふしぎ時間 井上 夕香(著)  
立原えりかのグリム童話 グリム(著)  
べんり屋、寺岡の春。 中山 聖子(作)  
ウォーリアーズ4-1予言の猫 エリン・ハンター(作)

### 絵本

おじぞうさんはいつでも 山折 哲雄(文)、永田 萌(絵)  
ゆめみるひつじのおくりもの 刀根 里衣(絵・文)  
みんなのおおきくなった 中川ひろたか(文)  
うめじいのたんじょうび かがくい ひろし(作)  
やくそくするね 杉本 深由起(文)、永田 萌(絵)