

今月のテーマ

「く性」

「満足感を味わいたい」

小椋蓉子さん(下湯原)

私自身、飽き性でも凝り性でもないと思っています。諦め症では、と時に思う事があります。何でも簡単に諦めて後悔します。それでも簡単に諦めて後悔します。それでもすぐ忘れてこだわらないようにしています。ですから、一も取らず、二も取らずです。いい意味、何かに凝った人は、最高の達成感を感じ成功者になる人という事です。凝るという事は努力と忍耐がいるものです。私は、元来、横着者ですから、残りの人生で何かをやった満足感を味わいたいです。断捨離でもいい、自叙伝もいい、一生懸命取り組んで、人に迷惑をかけないようにいい人生だったと思えるように頑張ろうと自覚しているところです。

「潔癖症」

PN 木目木六さん(上河内)



▲ 匿名希望さん

病気で熱が三十九度近くある日でも、朝が来ると全部の部屋の掃除が終わらないとベツドに入れない。寝ていても台所が気になり、洗い物を済まさないと気が落ちつかないほどの潔癖症の伯母がいた。着ているものも下着からズボンまでいっさい毎日洗濯しないと気がすまない人だった。子どもは反面それほどではなかった。「隔世遺伝」か、酒飲みも親が大酒のみなら子どもは飲まない。又孫は飲む。○症とあまり関係ないが凝り性、心配性、潔癖症も隔世か?

ここからは、皆さんから寄せられた「テーマ」以外のお便りを紹介します。

「こつも可愛いのか」

PN 夢ぼんさん(福田)

去年姪っ子が産まれた。自分の子どもが可愛いのは当たり前だが、姪っ子がこつも可愛いとは想像以上だった。とにかく何をしても可愛い。天井ばかり見ていた赤ちゃんが最近ではつかまり立ちをさせた。こまめに写真や動画を送ってくれるので、みんな小さな画面をのぞき込んで一つ一つの成長スピードに驚き、そして笑顔になる。ケンカもしなければイライラした気持ちも疲れもどこかへいってしまふ。遊びに来るとなれば朝からソワソワ、残業も一切なしで飛んで帰る。これが我が家の働き方改革か。「おぼちゃん、何でも買うたるで！」財布のひもはゆるみっぱなしだ。

「蛭」

PN 赤野太人さん(赤野)

長い関西の生活にピリオドを打って故郷に帰って早10年が経過し、歳月は流れる如しを実感しています。毎年「父の日」は恒例の実家一同とイベントへの参加ですが、今回はふる里回帰で北房の蛭鑑賞です。当日は早めに出発し古墳を見て古民家をリニューアルした風情溢れる「ほたる庵」で旬のご馳走を美味しく頂きました。心休まるデイナータイムでした。夜の帳がおりて北房ホテル公園に足を運び大勢で見守るなか、蛭の乱舞に暫しの浮世の雑念を離れ幽玄の世界に誘ってくれました。60年ぶりに見た蛭は子ども頃にタイムスリップして郷愁を覚える楽しい一夜となりました。

お便り
お待ちしております!

メールの場合は
koho@city.maniwa.lg.jp

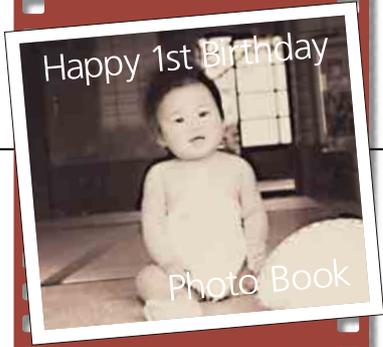
10月号 読者の広場

テーマは
「想像」です。

100年後の真庭は? 想像力を膨らませたら...、想像どおりの結果になったことなど「想像」について、200字程度でお寄せください。

川柳の兼題は
「逢う」です。

お便りは、先月号に同封したはがきをご利用ください。川柳の締め切りは8月26日(月)です。




★応募方法★
上記QRコードを読み取り、
メールフォームで必要事項を
記入し、写真を添付して送信



はまもと はるか
濱本 晴花ちゃん
H30.8.9生まれ(多田)
☎ 忠秀さん・千加子さん(両親)



うえたに ほうか
上谷 紡禾ちゃん
H30.8.9生まれ(上皆部)
☎ 政之さん・有弥子さん(両親)

- ★対象★
発行月に1歳の誕生日を迎えられる市内在住のお子さん。
- ★応募期限★
誕生月の前の月の10日まで
- ★掲載内容★
①お子さんの写真②氏名(ふりがな)③性別④生年月日⑤住所⑥応募者のお名前と続柄
- ★応募および問い合わせ先★
真庭市役所 秘書広報課
〒719-3292真庭市久世2927-2
TEL.0867-42-1163 (FAX1353)
E-mail: koho@city.maniwa.lg.jp
※☎ = 応募者



いしい そうた
石井 蒼大くん
H30.8.18生まれ(下中津井)
☎ 和也さん・麻奈美さん(両親)



はなさき うみか
花崎 海珂ちゃん
H30.8.17生まれ(久世)
☎ 祐介さん・可奈子さん(両親)



つじ りんな
辻 梨那ちゃん
H30.8.16生まれ(久見)
☎ 辰徳さん・香織さん(両親)



すっぽん(びんがめ)

▲ 大下裕人さん



とい そうた
戸井 湊太くん
H30.8.24生まれ(勝山)
☎ 一博さん・希美さん(両親)



おか なおまさ
岡 直正くん
H30.8.24生まれ(勝山)
☎ 保幸さん・恵美さん(両親)



まき あすき
牧 飛希ちゃん
H30.8.20生まれ(勝山)
☎ 宏紀さん・涼さん(両親)

Goodbye!



7月9日 蒜山プリティッシュベーキングクラブにて

Hello! I am sad to say that this is my last column as I'm soon moving to Tokyo to start at new job at CLAIR. I've been in Maniwa for 3 years now (it's gone so quickly!), and have really loved living here. Maniwa is truly beautiful, and getting to really experience so many things here - from participating in festivals and events, running cake classes, running Tabibito-Shokudo and more - and through it all everyone has been so kind and welcoming - thank you all! I'll miss Maniwa (now my Japanese hometown), but Tokyo is a lot closer than the UK, so hopefully I can come back to visit and see you all again!



さようなら!

こんにちは! 実は、私は自治体国際化協会で新しい仕事を始めるので、もうすぐ東京へ引っ越すことになったので、これが最後のコラムです。真庭市に来てからもう3年が経ち、あっという間でしたが、本当に素晴らしい経験ができました。真庭市は本当にきれいで、祭りやイベントへの参加、ケーキ作り教室や旅人食堂などでみんなと触れ合えて、優しくて、受けて入れてくださって、本当にありがとうございました!日本のふるさとだと思っている真庭市から離れて寂しくなりますが、イギリスより東京は近いので、また来ます!その時はよろしくお祈りします!



▲ 田口和子さん



▲ たむらめいさん



ごみの分け方を楽しく勉強
大前咲人くん(草加部)
 幼稚園にクリーンセンターのお兄さんたちが来て、パズルやクイズを使ってごみのことを教えてくれました。僕はクイズが楽しかったです。お家でもごみの片づけをしています。おかげで、今日の勉強でごみの分け方がよく分かったから、これからちゃんと分けて入れるように頑張るぞ。

心と体を鍛える土用稽古
右から…岡本愛和さん(目木)
窪山生玖丸くん(目木)
宗森葵生さん(久世)
盛永啓太くん(下方)
 空手の土用稽古を7月8日からの一週間毎日しています。道場の中は熱気で蒸し暑



取材先で、こんにちは。

真庭人

ま にわ びと

いですが、みんな大きな声を出して気合を入れて暑さに負けて頑張りています。私たちは8月に開かれる全国大会への出場が決まっています。それぞれ練習の成果を発揮してベストを尽くしたいです。

管理栄養士を目指して

曾我悠真くん(月田)

将来目指している管理栄養士さんが考えたメニューを作ることができると聞いて、お母さんと弟と、消防士の料理教室に参加しました。普段からインターネットなどで調べて料理をしていて、家族みんなに美味しいと喜んでもらえます。今日もとっても美味しく料理ができました。レシピを覚えて、家に帰ったら、家族みんなのために作ってみます。



図書館へ行こう!

本の紹介

落合図書館

〒719-3144 真庭市落合垂水618
 TEL0867-52-3315 FAX0867-52-1507
 開館時間 9:00~18:00
 休館日 毎週火曜日・年末年始

今月のおすすめの本

『おそうざいサラダの本』

牛尾 理恵/著 池田書店



冷蔵庫に使いきれない野菜はありませんか？本書では野菜が1種類だけでできるもの、作りおきでアレンジもできるもの、肉や魚を使っておかずのメインにもなるものなどさまざまなサラダがバラエティ豊かに紹介されています。夏野菜の消費のヒントも見つかるかも。

『わたしは女の子だから』

ローズマリー・マカーニー/文 西村書店

世界中のさまざまな場所で暮らす女の子たちが紹介されています。女の子たちはさまざまな事情から苦しい境遇の中で暮らしていますが、どんな困難に直面していても夢や希望を持ち、乗り越えるために大変な努力もしています。自分には何ができるか考えさせられる1冊です。



『ようかいむらのじごくえんそく』

たかい よしかず/作・絵 国土社



きょうはようかいむらの遠足です。行先はじごく。ちのいけじごくやはんせいのかみ、ゆでがまなどじごくの名所を見て回ります。そしていよいよ最後に向かうのはうそをつくこどもの舌をぬくというえんまだいおうさまのところ…。かわいいうかいたちのおはなしです。

『数字はわたしのことば』

シェルル・バードー/文
バーバラ・マクリントック/絵 ほるぷ出版

フランスの数学者ソフィー・ジェルマンの伝記絵本。女の子は勉強しないのがふつうだったフランス革命の時代、ソフィーは時に自分を男性と偽ってでも数字の世界をひもとくことに全力をかけていました。自分の好きなことを追求し続け才能を開花させた女性のお話です。



ヘルシー クッキング

真庭市栄養改善協議会の提供です



サバ缶と大根の煮物

味付け缶詰を活用した煮物。いわしやさんまの缶詰でもおいしくできます。

材料(4人分)

- ・サバみそ煮缶 280g
- ・大根 360g
- ・水 180ml

作り方

- ①大根は皮をむき、5ミリ厚さのイチョウ切りにする。
- ②サバ缶の汁を鍋に入れて、水と大根を入れて火が通るまで20分ほど煮る。
- ③大根が煮えたら、サバの身も加えてひと煮たちさせて火を止める。

<1人分栄養価>

エネルギー181kcal たんぱく質 12.7g
脂質 10.5g カルシウム 182mg
炭水化物 9.1g 食塩相当量 0.8g

今月のレシピ
提供は

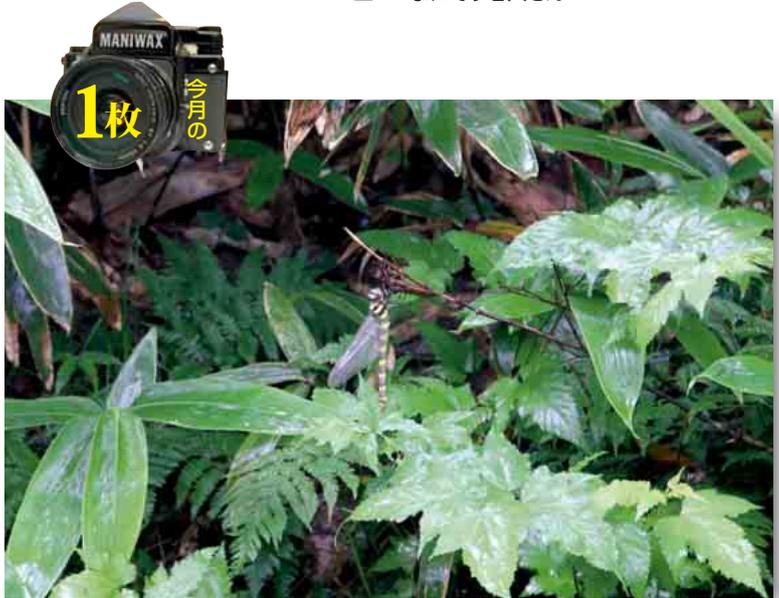
小林知子さん
(落合支部)



まにわ が 好きっ 読者の広場



▲PN まにぞう老人さん



オニヤンマの羽化に遭遇(7/14)

津黒いきものふれあいの里で行われたイベントで真庭・トンボの森に入ったときに見かけた一コマ。どのくらいで飛び立つのでしょうか。大人でも感動した光景。夏休みに自然豊かな真庭を満喫してみてください。

川柳「味方」

選:勝山川柳会 原 健裕さん

10月号の兼題は「逢う」

ゲートボール味方ほめたりけなしたり
ポチだけが俺の味方か朝帰り
母さんの味方にさっと手があがる
分かつてよ味方求めるこのサイン
どちらにも味方が出来ず揺れている
敵もあり味方もあって平和です
散歩する味方の方へ向う靴
味方だと信じて話したつもりだったのに
髪を染め鏡を味方に靴をはく
こづかいで孫を味方にババせめる
味方だと思った妻が子の味方
あの人を味方にしたのがこわくなり
敵味方なくして老後楽に生き
手を焼いた孫が味方をしてくれる
支え合い敵も味方もない暮らし
健康を味方に爺の野良仕事
子が味方天下無敵の妻になる

味方だと言って頼れぬ人が来る

水葵
木目木六
永田寿道
本森定江
横山とも子
小椋蓉子
菊池千江子
小谷美紗子
古家真紀子
小椋芳子
行本愼五
田淵昭二
則金いずみ
植田万里子
菊池俊男
小谷義孝
牧 俊隆

上水田
上河内
榎東
種
久世
下湯原
本郷
蒜山下見
曲り
蒜山東茅部
久世
多田
鍋屋
月田
本郷
月田
西原

健裕