



やまさき けん と
山崎 絢友くん
H30. 7. 20 生まれ(本郷)
㊦ 大輔さん・真由美さん(両親)



わかやま ぜん
若山 禅くん
H30. 7. 18 生まれ(蒜山西茅部)
㊦ 進さん・利衣子さん(両親)



まつ い ひろはる
松井 広晴くん
H30. 7. 9 生まれ(赤野)
㊦ 浩一さん・葉月さん(両親)

まにわ
が
好きっ

読者の広場

今月のテーマ

「勇気」

「勇気」

小椋蓉子さん(下湯原)

「勇気」という言葉は、人それぞれでの人生経験により違う形で存在しているように思えます。平凡な日常の中に時により勇気を出す必要にせまられます。特にスポーツ選手は絶えず勇気との戦いです。私も加齢にともない、勇気を出さなければならぬことが増えました。その都度、頭と身体をフルに使いました。両親から健康な身体をもらった事が何より幸せだったと感謝しています。他人に迷惑をかけるまいようにと考えると、努力と勇気が必要です。高齢とともに体力は衰えますが、立ち向かう気持ちとあきらめない強い気力は失われないように心がけたいと思っています。私は三十代と四十代に大変勇気

のいる事があつたと、今ふり返って思い出しています。

「困難に立ち向かって」

匿名希望さん

保健所に勤めている時、「飲酒して大暴れ」今から自殺します「血を吐いた。助けて」など、病気や福祉がらみの通報がありました。若い時は遠巻きに見ていましたが、40歳を過ぎると関わりが増えはじめ、50歳で自分が死ぬ思いの苦勞を抱えて転機が訪れました。「周りの人は困っているだろうな」と、足はすでに現場に走りだしているのです。先に考えると「怖い、自信がない」と足が竦みますが、現場に行くのと救急車を呼んだり、地域のひとと協力し何とか解決できて自信につながります。包丁を振り回しているときは



▲ こんどうけいすけさん

**お便り
お待ちしております!**

メールの場合は
koho@city.maniwa.lg.jp

9月号 読者の広場

テーマは
「言葉」です。

お力添え、心待ちにする…。こんな言葉が自然と出てきたら素敵ですね。日々何気なく使っている「言葉」について、200字程度でお寄せください。

川柳の兼題は
「暑い」です。

お便りは、同封したはがきをご利用ください。川柳の締め切りは7月24日(水)です。

「母からもらった勇気」

森本ひろ子さん(多田)

姉がお腹が痛いと言い病院に行くのと直ぐに入院になり胆のう炎だと診断が出ました。私が病院へ見舞いに行くのと姉はお腹のにがりが治らないと言っていました。そこで母をショートステイに預かって頂きました。母は九十六歳で姉が介護をして生活していました。母は姉の事をとても心配していて、お腹の痛みが治ら

ない事について母の主治医に相談し頼んだそうです。そのおかげもありCT他、検査をしていただき、結果腹膜炎が見つかり早い処置が出来て入院も短くて元気になりました。母もとても感謝し喜んでました。母もとより戻りました。母の勇気ある言葉で姉は助かったと思います。私もしっかりと勇気もらいます。いつも里に帰ると元気になった姉と支えて生活している義兄、そして甥っ子がいて、九十六歳という歳にもかかわらず偉大な母という存在がとても有難いです。この先も皆様の応援の元で毎日健康で前向きな人生をモットーにして長生きしていただきたいと思っています。私も負けないように努力して行けると

Happy 1st Birthday



Photo Book

★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

TEL0867-42-1163 (FAX1353)

E-mail: koho@city.maniwa.lg.jp

※☎=応募者



おの あいか
小野 愛佳ちゃん
H30.7.23 生まれ(下皆部)
☎ 正道さん・裕美さん(両親)



ずおう れな
頭應 怜那ちゃん
H30.7.21 生まれ(月田)
☎ 智之さん・有美さん(両親)



かたやま かほ
片山 花穂ちゃん
H30.7.21 生まれ(鍋屋)
☎ 陽貴さん・由貴さん(両親)



たけなか ひなた
竹中 陽咲ちゃん
H30.7.31 生まれ(上水田)
☎ 理裕さん・佳子さん(両親)



おかだ あおい
岡田 葵ちゃん
H30.7.28 生まれ(久世)
☎ 謙治さん・優美さん(両親)



なかやま かほ
中山 夏帆ちゃん
H30.7.23 生まれ(上皆部)
☎ 浩徳さん・菜穂子さん(両親)

久世駅の改装トイレはともきれいでよくなりました。皆さんにお知らせしたくてまいます。(日本のお便所は暗いイメージがぬぐえれませんが...) 明るい絵で表示、開放的で小さい子供連れでも気軽に使用できます。皆さんも使用してみてください。

「久世駅のトイレ」
神谷 静さん(久世)



▲夏の醍醐桜

この写真は倉敷の方から老夫婦が来て下さった時に主人が連れて行ってくれたものです。確かに春の花の咲いた桜もきれいですが、葉桜もとてもきれいで見えたえがりました。皆さんも見に行ってみてください。

「五月晴れの醍醐桜」
菊楽正子さん(惣)



Laura's Last Cake Class

Hello! The rainy season has begun, and it reminds me so much of the UK! Sadly, my contract here ends on the 31st July, so right now I'm filling my last days with all the things I enjoy! One of the things I loved most these last 3 years was my cake classes! Getting to introduce traditional British sweets, and then make and eat them with everyone was something I really enjoyed doing! It is bittersweet, but I'm looking forward to these last few weeks, too!



ローラの最後のケーキ作り教室

こんにちは！梅雨に入って、イギリスのような雰囲気が出て、懐かしくなってきました。実は、7月31日、私の任期が終わります。寂しくなりますが、終わるまでいろいろな楽しいことを企画中です！今までも、私が一番好きな仕事のひとつがケーキ作り教室で、6月2日、久世公民館での最後のケーキ作り教室を開催しました。3年間に数回、イギリスの伝統的なお菓子をみんなに紹介して、一緒に作って、食べて、楽しめるのは本当に最高でした。この最後の数週間、よろしくお願いします！



▲ PN はなまるさん



▲ PN ホットコーヒーさん



大好きがいっぱい
宮田将吾くん(岩井谷)
富原小学校にきた真庭市立図書館自動車文庫で本を借りました。読書は大好きだったので、放課後にお父さんやお母さんに図書館に連れて行ってもらって本を借りています。今日は図書館が近くまで来てくれたので、大好きな野球の本「野球を歩く」と、クイズの「記号とマーククイズ図鑑」を借りました。早く読みたいな。

落合を盛り上げたい
片川佳子さん(下方)
ファンファンフリーマーケットイン落合の実行委員長を務めました。生まれ育った落合地域を盛り上げたいと思って、2〜3カ月前から準備を始めたのですが、初めはどうなることかと不安もありました。でも、たくさんの人たちに支えられながらイベントは大盛況。出展者もお客さんもたくさん来ていただけてホッとしています。これから、



練習重ねた成果を披露
井尾祥子さん(鍋屋)
エスパス管弦楽団定期演奏会にピオラで出演しました。今回の演奏会では本格的なク

取材先で、こんにちは。

真庭人
ま にわ びと

こういった企画を続けていきたいと思っています。



ラシックに挑戦。特にラフマニノフのピアノ協奏曲では国内外で活躍するピアノリストの川崎翔子さんを迎え、一層気合が入っていました。練習を重ねてきましたが、難易度高めの曲に悪戦苦闘。直前までは何とか練習の成果を発揮することができました。これからもたくさんの人にオーケストラの音色を楽しんでもらえるようにさまざまな曲に挑戦していきたいです。

図書館へ行こう! 本の紹介

北房図書館

〒716-1411 真庭市上水田3131
TEL0866-52-5220 FAX0866-52-5221
開館時間 9:00~18:00
休館日 毎週月曜日、年末年始

今月のおすすめの本

『やさいばたけはおおさわぎ』

松崎 泰子:作 有賀 忍:絵 出版:銀の鈴社



野菜づくりの名人、さくべえさんの畑を狙うきんべえさん。次の満月まで、夜の間だけ動けるようになった野菜たちが、力を合わせて野菜畑を守る!野菜が苦手な子どもと一緒に楽しみたい絵本がたり。おじいちゃんの畑と一緒に行ってみたいはかがでしよう!

『小さな生き物たちの世界をルーペで覗いてみたら』

井上 雅史:写真 岸本 年郎:監修
出版:マイルスタッフ インプレス

足元にいる小さな虫をルーペでよく見てみれば、キレイだったり変だったり、可愛かったり。いつも身近にいるのに、昆虫図鑑にあまり載っていない小さな虫たちを拡大したビジュアル図鑑。目にも留めないような小さな虫たちも、私たちと同じ生き物ですね。



『「わたし」と平成 激動の時代の片隅で』

Yahoo!ニュース特集編集部:編 高田 昌幸:編
出版:フィルムアート社



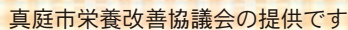
プリクラの開発者、新橋の靴磨き、戦争の語り部、被災者、離島の灯台守…。さまざまな人が語るそれぞれの30年を通じて、平成という時代の終わりとその先を見つめる。色々な方々の、それぞれの平成をあげてみませんか?

『和菓子職人 一幸庵 水上 力』

水上 力:著 千葉 望:文 堀内 誠:写真 出版:淡交社

お菓子の調進所「一幸庵」店主・水上力。日本文化の粋を超えて、国内外で高い評価を受けている稀代の和菓子職人の半生と和菓子作りへの哲学に迫る。パティシエ・青木定治との対談も収録。和菓子には、季節感がとてもよく表れていて、美しいですね。





片栗粉をまぶすことでとろみがつき、
やわらかく食べやすくなります。

材料(4人分)

- ・豚こま切れ肉 200 g
- ・片栗粉 大さじ4弱
- ・しゃぶしゃぶ用ごまだれ 大さじ4弱
- ・サラダ菜 12 g
- ・ミニトマト 4個

作り方

- ①豚肉をナイロン袋に入れて、片栗粉をまぶす。
- ②たっぷりのお湯に①を入れて火を通す。
- ③②を器に盛り、ごまだれをかける。
- ④サラダ菜とミニトマトを添える。

＜1人分栄養価＞

エネルギー126kcal たんぱく質 12.1g
脂質 3.5g カルシウム 45mg
食塩相当量 0.6g (炭水化物 10.6g)

今月のレシピ
提供は

遠藤光子さん
(北房支部)



草加部小学校の子どもたちが、草加部の養護老人ホーム百楽園で飼育されている羊の毛刈りを見学しました。背中の毛を刈るときには子どもたちも体験。フワフワ、モコモコ、上手に刈れたかな。

川柳 「輝く」

選：落合川柳会 奥山邦江さん

9月号の兼題は「暑い」

バトン手に輝け令和穏やかに
 陽と風に楽しげ早苗輝いて
 風薫る2人の門出輝いて
 祖母の腕輝く料理山野菜
 輝く日なんかなかったごつい指
 空気まで若葉マークが輝かす
 満天の星の輝き見る至福
 遊ぶ児等皆んな輝き秘めてをり
 老いてなお輝きたいと輪の中へ
 輝きを求めて錆びた脳磨く
 老いてなお輝きたくて紅を引く
 手をつなぎ輝くような孫の笑
 輝きも嵐もあつた我が人生
 キラキラと輝く笑顔のランドセル
 免許返納輝く老後生きたくて
 ランドセル輝く未来を詰めて行く
 輝いて生きよう今日も辞書をくる
 《軸吟》輝いてほしい息子はまだ二才

むつき	蒜山下和
青山萌黄	上
江原英子	久世
半田 充	久世
福ちゃん	下方
小谷義孝	月田
菊池千江子	本郷
行本愼五	久世
永田寿道	樗東
菊池俊男	本郷
則金いずみ	鍋屋
古家真紀子	曲り
小谷美紗子	蒜山下見
中山春子	本庄
牧 俊隆	西原
樋口重雄	見尾
横山とも子	久世
邦江	