



みうら はる き  
**三浦 悠生**くん  
H30.2.5 生まれ(久世)  
⑤弘嗣さん・麻衣さん(両親)



おおやなぎ りん  
**大柳 凜**ちゃん  
H30.2.4 生まれ(上水田)  
⑤野田八重子さん(祖母)



▲PN みつちゃんさん



今月のテーマ

# 「告白」

「相手をよく見て」

小椋芳子さん(蒜山東茅部)

何か悩んでいるとき「何でも言ってみて、何かあるんじゃない」と、探りを入れてくる人に悩みを告白して後悔したことがあります。逆にむつつりして人の噂もせず、いい仕事をされる先輩と出会いその人の部屋に行くと何も言わずに熱いお茶を入れて下さいました。若かった私は思わず泣いて自分から悩みを打ち明けました。後でその人が大変な苦勞を乗り越えた人だと分かりました。私も大きな苦勞をした後は大変そうな人には何も聞けず見守りました。すると若い人から相談を受けるようになりました。勿論つらさが分かるから口外もしないの、それが信用の連鎖となるのではないかと思います。

「告白にも色々…」

小椋蓉子さん(下湯原)



▲PN いちかさん

日頃何げなく使っている、告白、を辞書で引いてみると隠していた事を打ち明けるとなっています。青春時代、勇気を出して、愛を告白して結婚した人の話を聞いています。美談として良い結果ですが、病気の場合、急に癌を告白されたら、一瞬間いて言葉も出ません。現在は、侵された場所によつては、ある程度治るといふ事になっていきます。年々研究されて、新薬も出ているので、近い将来、完治すると思われれます。昭和初期、結核が不治の病と云われていましたが、現在は、殆んど完治するので恐れられていません。昨年、夫の妹が、癌が転移してステージ四と聞いた時は、ショックが大きかつ

「Nを思う」

PN 木目木六さん(上河内)

学生時代の友達(N)に好きな女の子がいたがシャイなNは自分から告白出来ない。私に伝えてくれと直接には言わないが感じたが小心者の私もそれが出来なかつた。Nとはなんでか気が合つてよく話したり遊んだりした。教室では前後の机で英語が得意だったNはよく教えてくれた。テストの時も見せてくれた。「カンニング」していた。今では

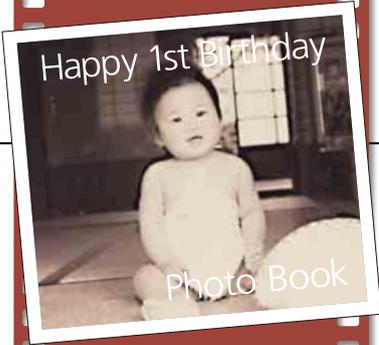
たです。心やさしい、いい妹で、一緒に度々御馳走を食べに誘つてくれたのに、短い入院で、急に逝つてしまいました。告白も楽しい事なら歓迎ですが、ショックな告白は、ないのに越した事はないです。

「大変だったらしい」

PN 米俵さん(西河内)

告白できるが、卒業後は会う事も話す機会もなかつた。後の同窓会で彼は亡くなつたとの事。学生時代の話です。

親からぼろつと告白されたことで一番驚いたのが、自分が幼少期に病気になる、3カ月の余命宣告を受けていたことです。家族で出かけた帰りの車内で突然言われ、目が点になりました。何事もなかつたかのように言われましたが「大変だったんで」と付け足された台詞に、今の日常は当たり前じゃないんだと強く感じました。病氣から数十年経ちますが、せつかく生かしてもらったのだからと時折思い返しては、奮起しています。



★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

わたなべ ゆずひ  
**渡部 由珠陽**ちゃん  
H30. 2. 17 生まれ(多田)  
☎ 裕道さん・麻紀さん(両親)

やまうら げんき  
**山浦 玄暉**くん  
H30. 2. 10 生まれ(勝山)  
☎ 知明さん・美妃さん(両親)

そねだ だいき  
**曾根田 大稀**くん  
H30. 2. 22 生まれ(蒜山下和)  
☎ 杏重さん(母)

はまもと はると  
**濱本 晴人**くん  
H30. 2. 20 生まれ(中島)  
☎ 裕之さん・沙彩さん(両親)

ほんだ あすか  
**本田 明日香**ちゃん  
H30. 2. 19 生まれ(久世)  
☎ 朱香さん・匠さん(姉、兄)

★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

「天災を意識して」  
PN 赤野太人さん(赤野)

近年は地球温暖化に伴う異常気象での猛暑や局地的豪雨、迷走台風等や、大地震などの自然災害が多発し、全国各地に甚大な被害を及ぼし、天災の恐怖に為す術もない現状です。昨今は、AIはじめ通信情報の技術は目覚ましい発達をしており、私達はリアルタイムで情報を得て迅速に活用することが可能です。しかし、情報を得ても天災を回避したり、除去するには至りません。近年、南海トラフ地震も取り沙汰されており、自然災害を再認識した上で、災害防止策を考慮しつつ、私達が体験したり見たり聞いたことを後世に語り伝えると共に私達は平素から地域全体で助け合い支え合う良好な繋がりをもって、安心安全で豊かな社会を目指して行きたいものです。

ここからは、皆さんから寄せられた「テーマ」以外のお便りをご紹介します。

# LGBT History Month



LGBTの社会運動を象徴する「レインボーフラッグ」

Hello! How are you today? Did you know, in the UK, February is LGBT History Month? LGBT stands for Lesbian, Gay, Bisexual & Transgender, and with roughly 6% of the population being part of the community, including my friends & I – it is a very important issue to me. In Japan, LGBT issues aren't often spoken about, but I heard something that stuck with me: if you know a left-handed person, you likely know someone who is LGBT – so I hope we can all come together to support our friends and family!

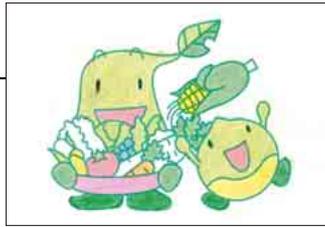


## LGBT歴史月間

こんにちは！お元気ですか？イギリスでは、2月は「LGBT歴史月間」です。LGBTとは、女性同性愛者、男性同性愛者、両性愛者、トランスジェンダーの英語の頭文字を組み合わせた表現です。私や友だちを含めたイギリスの人口の6%はLGBTの人なので、私にとってとても大事なことに思いますが、日本ではなかなかこういった話がないですね。この前聞きましたが、左利きの人とLGBTの人の割合は同じくらいなので、もし左利きの知り合いがいたら、同じくらいLGBTの知り合いもいるかもしれないです！みんなで友だちや家族を支えあっていけたらいいなと思います！



▲ 横山美和子さん



▲ 清水ミチ子さん



狸の話を知って聞きました  
**曲凌太くん(真加子)**  
 中和子ども版なりわい塾で50年狸をしている鈴木孝一さんの話を聞きました。鈴木さんは家が近所で、狸をしているのを見かけたことがありました。詳しい話を聞いたのは初めてでした。昔はウサギがよく獲れていたことや逆にイノシシが獲れるのは珍しかったこと、ワナを仕掛ける工夫やケモノ道を探ることなどを聞き勉強になりました。

酒造りを通して地域を学ぶ  
**白石健人さん(上河内)**  
 勝山で清酒の仕込み作業を体験しました。真庭高校では毎年、岡山市の興陽高校と連携して清酒を造っています。清酒には、興陽高校農業科の生徒が育てた酒米の『雄町米』を使っていて、田植えや稲刈りは、僕たちも一緒に行いました。酒米を手で冷ましたり、タンクの中をかき混ぜたりする作業が大変だったけど、たくさんの人たちに愛され、ど



地域活動で樫邑に元気を  
**杉井喜平さん(樫西)**  
 樫邑の人たちでつくるきらきら計画実行委員会で、幅広い年代が楽しみながらできる

取材先で、こんにちは。



んな料理にも合う味になればいいなあと思います。



地域活動をしています。親子凧作り教室では講師をしました。昔はコマ回し、竹馬：そんな遊びがなく、親から教えてもらいながら自分で作って遊んでいました。何十年ぶりの凧作り、昔遊んだことを思い出しながら楽しくできました。参加してくれた子どもも、子どもなりに絵を描いて楽しんでくれていた姿も見られました。こういった場を通して樫邑の地域の元気のもとになればうれしいですね。

# 図書館へ行こう！

本の紹介

## 湯原図書館

〒717-0406 真庭市豊栄1515  
 TEL0867-62-2011(湯原振興局 地域振興課)  
 FAX0867-62-2097  
 開館時間 9:00~17:00  
 休館日 毎週月曜日、年末年始

## 今月のおすすめの本

### 『ねこねこたんてい なぞときダヤン』

きむらゆういち/作 いけだあきこ/絵  
 学研プラス/出版



木のぼりとかけっこが得意なダヤン、何でも知っているものしりジタン。ふたりはさらわれたジタンの妹・パニラを救えるのか？ めいろやクイズ、パズルなど15のなぞとともに楽しめる物語。

### 『ぼくたちのP(パラダイス)』

にしがきようこ/著 小学館/出版

おじさんの別荘に行くことになったユウタ。しかし、5時間もの山登りの末たどりついたのは、想像とはぜんぜんちがう、電気も通っていない山小屋だった！学校ではあまり人と関わらないよう過ごしていたユウタだが、山での生活で少しずつ変化していき…。



### 『小説の言葉尻をとらえてみた』

飯間浩明/著 光文社/出版



小説の筋を追うだけでなく、その中の日本語に注目すると、言葉の思いがけない面白さに気がきます。物語世界に暮らす登場人物や語り手の何気ない一言を味わいながら、辞書編纂者である著者の目で謎を見出し解き明かしていく、異色の小説探検。

### 『本社は田舎に限る』

吉田基晴/著 講談社/出版

東京では募集しても人がまったく集まらない。どん底のITベンチャー企業の社長がとった逆転の策。それが徳島県美波町へのオフィス移転。そこからすべてが大きく回り始め…。全国が注目する新しい仕事と生活のスタイルを綴った一冊。



# ヘルシー クッキング

真庭市栄養改善協議会の提供です



## さばの南蛮浸し

酢の使用で減塩に。ショウガや唐辛子で味にアクセントをつけました。

### 材料(4人分)

- ・さば(生60g) 4切れ
  - ・ショウガ 8g ・ニンジン 40g
  - ・玉ネギ 40g ・小松菜 80g
  - ・油 8g
- A**
- 赤唐辛子の小口切り 少々
  - 酢 大さじ4(60g)
  - 砂糖 大さじ1・1/3(12g)
  - しょうゆ 大さじ1・1/3(24g)
  - 水 80ml

### 作り方

- ①ショウガは皮をむいて、すりおろして、さばにまぶす。
- ②ニンジンは皮をむいてせん切り、玉ネギは薄切り、小松菜は4cm長さに切る。
- ③鍋にAを入れてひと煮する。
- ④フライパンに油を熱して②を炒める。
- ⑤フライパンにクッキングシートを敷いて、さばを焼く。
- ⑥③に④と⑤を漬ける。

### <1人分栄養価>

エネルギー 198kcal たんぱく質 13.4g  
脂質 12.1g 炭水化物 6.5g  
カルシウム 45mg 食塩相当量 1.1g

今月のレシピ  
提供は

山崎京子さん  
(北房支部)



## まにわ が 好きっ 読者の広場



▲ PN あやちゃんさん



▲ PN ホットコーヒーさん



## 何かにびっくりしたのかな?(12/29)

雪が舞う神庭の滝で、勝山高校普通科の生徒がニホンザル観察会を行いました。その時のひとコマです。雪を掻き分けてエサの小麦を探す子猿を撮っていたら、この表情。皆さんは何と台詞を入れますか?

## 川柳「音」

選:湯原川柳会 狩谷博子さん

4月号の兼題は「のれん」

音出して知らぬ顔した姑どの  
明日の外出気にす雨の音  
無事だろか音沙汰無いのが気にかかる  
鐘の音と共に去りゆく三十年  
ドアバタン怒っているのわかつてよ  
起きなさい起きなさいよと電子音  
心配な顔が見送る救急車  
晩酌へうれしいチンの音が呼ぶ  
音たてて帰り来る子のランドセル  
孫2人仏間でたたく祭の音  
どこまでが本音か嘘か読めぬ腹  
コトトン米搗く水車昭和の音  
知恵くらべ今日もサル追う音ひびく  
春の音やさしく遠く聞こえます  
後わずか雑音残して平成が行く  
日めくり春の足音一歩ずつ  
音程を合わせて暮らす老いふたり

悠々  
仲田孝江  
樋口重雄  
岩古房恵  
小椋芳子  
永田寿道  
牧 俊隆  
横山とも子  
松尾千恵子  
鳴戸山  
行本慎五  
半田 充  
君影草  
菊池俊男  
小谷美紗子  
小谷義孝  
則金いずみ

上水田  
組  
見尾  
蒜山東茅部  
蒜山東茅部  
榎東  
西原  
久世  
三田  
久世  
久世  
組  
本郷  
蒜山下見  
月田  
鍋屋

博子