



すぎやま はのん
杉山 花穂ちゃん
H29.2.8生まれ(富尾)
㊦ 健太・菜葉佳さん(両親)



ゆきだ りくと
行田 陸人くん
H29.2.2生まれ(蒜山下福田)
㊦ 恭明・輝良子さん(両親)

読者の広場は皆さんから寄せられたハガキなどでつくるページです。

まにわ
が
好きっ

読者の広場

今月のテーマ

「遊び」



▲ PN みつちゃん

「セロハンテープ貼り」

PN いけだかあさん(落合垂水)

うちの娘・5歳のブームな遊びは「セロハンテープ貼り」。ながく出したテープを四角いものに隙間なく敷き詰めて貼っていきます。この間はイスにぬいぐるみが張り付けたようになっていました。それはまるで小人の世界に流れ着いたガリバーのよう。その光景に意表をつかれ、「セロハンテープがもったいない!」と注意するのも忘れて笑っていました。

「子どもは風の子」

小椋蓉子さん(下湯原)

JAまにわ主催で年一回お手玉大会があります。農協婦人部の地区代表の方が出られるようです。これこそ昔遊び

で特に冬の間は室内で女子の遊びに最適でした。男子は、竹で作ったてっぽうで木の実や紙をまるめてつめて、的をめがけて打ったり、独楽まわしやパッチンをしていました。竹とんぼも飛ばしていたと思います。身体を使う遊びが多かったのも、毎日が適度な運動でした。現在は、外で遊ぶ事はほとんどないので、体力は弱い子が多いのではないのでしょうか。室内でスマホやゲームをしているようですが、目が悪くならなければいいかと心配します。時代が変われば、何もかも生活一般が変わります。いつの時代でも、『子どもは風の子』の風調が長く続く事が子どもにとって幸せだと思います。昔遊びの良い所はすたれないで、これからも未永く続きますようにと願うこの頃です。

「三角ベース野球」

PN 赤野太人さん(赤野)

現代の子どもたちはTVゲームやゲーム機など進化したコンピューターアートの文明の利器によって、単独的「おたく」の虚構の世界に没頭する姿を見かけます。私たちの子ども時代はメカの玩具は無く、独楽、竹馬、竹トンボ、凧などは、自分で作ることもありました。正月などはトラップ、カルタ、双六や将棋がメインで、多くの子供が集まり賑やかでした。アウトドアでは複数で体を動かす遊びが多かったのですが、当時は野球オンリーでラジオから流れるプロ野球の戦績に一喜一憂し川上の赤バット、藤村の青バットに憧れました。用具を持たない私達はゴムボールを使って、セカンドベースの無

お便り
お待ちしております!

メールの場合は
koho@city.maniwa.lg.jp

4月号 読者の広場

テーマは
「癒し」です。

あなたにとっての癒しは? ペットや温泉、家族など癒しについて200字程度でお寄せください。

川柳の兼題は
「飛ぶ」です。

お便りは、先月号に同封したはぎをご利用ください。川柳の締め切りは2月21日(木)です。

「あそび」

小椋芳子さん(蒜山東茅部)

い三角ベース野球で遊びました。少人数で狭い場所です。球を直接ランナーに当ててアウトにするローカルルールもありました。物の無い時代、みんなで工夫して楽しんだ懐かしい思い出です。

昭和20年代、小学生の私の遊びはともメルヘンチックなものでした。真夏に田の草取りをしている母と姉のそばで、ドジョウやフナをつかんで泥まみれで遊んでいました。それに飽きると田んぼの横の小川の橋の上にうつぶせになり、ひたすら川面を眺めていました。最初は川の水が流れているのですが、そのうち目の錯覚が起こり水の流れは止まり、橋と私がぐんぐん



★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



★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



せのお みこ
妹尾 美心ちゃん
H29. 2. 10 生まれ(上市瀬)
㊦ 一輝・飛鳥さん(両親)



かねさき りく
兼先 李空くん
H29. 2. 20 生まれ(久世)
㊦ 悟史・治美さん(両親)



せじま えりか
瀬島 枝里馨ちゃん
H29. 2. 19 生まれ(台金屋)
㊦ 由衣花・玲花さん(姉)



やました まさと
山下 正登くん
H29. 2. 16 生まれ(久世)
㊦ 安代さん(母)



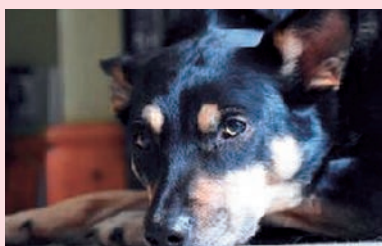
もりた ゆきの
森田 雪乃ちゃん
H29. 2. 13 生まれ(栗原)
㊦ 広翼・麻美さん(両親)

川上に凄い早さで飛び出すのです。まるで空飛ぶ絨毯のようです。疲れて目をぱちくりするとまた川の水は流れだし、目を凝らしていると自由の世界に飛び出すので何回も繰り返してそのうち眠ってしまふのです。母は「よう辛抱したな」と褒めながらひよいと抱き上げて家路につくのでした。

「日が暮れるまで」
PN 木目六さん(上河内)

子どもの頃、冬は竹で作ったソリで遊び、夏は川で水浴びや魚捕り。少し大きくなると団体で「かくれんぼ」をしたものです。ふた組に分かれひと組が別の場所に行き茂みや草むらや物陰に隠れ、一人が相手の組へ「もういいよ」と伝達に行きます。探す方は面白い事を言ったり「かくれんぼはもうやめ」と笑わせようとしてたり嘘を言ったりして捜し、日が暮れるまで泥んこになって遊びました。今の子どもは家の中でテレビゲーム、スマホで遊んでいます。色々な知識はあるが体力は劣っているのでは!!

New Year's Resolutions



Hello! How has your January been? I hope you're all taking care of yourselves in the cold weather. Do you have a New Year's Resolution this year? Mine are quite boring — I want to lose weight, and save money. With lots of events coming up — including Hiruzen's Snow Festival, and Hokubo's Buri-Ichi soon — and lots of travel plans for me this year looks to be a good, if busy, one! I hope everyone has had a great start to the year and that it continues that way!

(As this year is the year of the dog, I thought I'd share a photo of one of my dogs, Bryan. Isn't she cute?)



新年の抱負

こんにちは！1月は元気に過ごされましたか？寒い天気が続きますが、みなさん気をつけましょうね！新年の抱負はありますか？私の抱負は結構つまらないものですが、「やせること」と「お金を貯めること」です。2月は「ひるぜん雪恋まつり」と「北房ぶり市」がそろそろあり、楽しみにしています。今年もイベントと旅行の予定が多くあり忙しくなりそうですが、楽しくなりそうです。みなさんも今年が良い一年になりますように！

(今年は犬の年ですので、私の犬の一匹「ブライアン」の写真がいいのではないかなと思っていました。かわいいでしょ?)



▲ PN ほのかさん



▲ 山本ちささん



▲ 松井優里さん



受験に向けて頑張ります！
安井文隆くん（野川）
中尾竜也くん（中河内）
松田駿希くん（関）
落合公民館主催の中学3年生対象の学習会に参加しました。僕たちは英語を中心に受験勉強をしていたのですが、大学生の皆さんがすごく分かりやすく問題の解き方を教えてくれました。志望校に入れるよう頑張ります！

伝統を守り続けます
龍本益さん（見明戸）
見明戸八幡神社では毎年、年末年始に訪れる参拝者の安全を願って「無事すぎの輪」を神社の境内に置いていきます。総代たちは年々作業に慣れ、もっと丈夫で立派なものにしようとして工夫しています。今回は雨の中の作業でしたが、総代で力を合わせて最高に良い輪ができたと思います。始めてから15年以上経ちますが、先代から伝わった地



親睦深めるレクリエーション
土井康史さん（月田）
月田地区では平成元年から住民同士の親睦を深めようと新春綱引大会を開いていま

取材先で、こんにちは。



元の行事としてこれからも皆で大切に受け継いでいきたいと思っています。



す。今年で30回目を数える大会に1回目から参加していますが、年々若い人たちの参加が減ってきているのが現状です。今参加してくれている若い人たちの輪がさらに広がってほしいです。月田地区には地区をあげて応援している月田金太郎綱引クラブがあり、3月には全国大会に出場します。本格的な綱引を楽しめ、また教えてもらえるこの新春綱引大会をこれからも続けていきたいです。

図書館へ行こう！ 本の紹介

美甘図書館

〒717-0105 真庭市美甘4134
（美甘振興局2階）
TEL0867-56-2611 FAX 0867-56-2033
開館時間 8:30～17:00
休館日 年末年始

今月のおすすめの本

『「小池劇場」が日本を滅ぼす』

有本香／著 幻冬舎

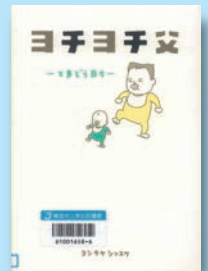


「ビジョンがない」「政策がない」「事実に基づく論理がない」。小池都政を「ないない尽くしのワイドショー政治」と言い切る著者が、「小池劇場」といわれるパフォーマンスを検証し、今の日本に巣食う病理を明らかにする。日本は小池百合子と心中するか、それとも…。

『ヨチヨチ父』

ヨシタケシンスケ／著 赤ちゃんとママ社

赤ちゃんが生まれて、「妻」が「ママ」になる様々な変化に、「夫」は戸惑い続け「パパ」として成長していく。2児の父である著者が「パパ目線のはじめての育児」を描くイラストエッセイ。



『大豆まるごと図鑑』

国分牧衛／監修 国土社



豆腐、みそ、しょうゆ、納豆、枝豆、もやしなど…実にさまざまな大豆が私たちの食卓にのぼる大豆。大豆の育て方や歴史、大豆を使った食品の作り方など写真やイラストを交えて紹介。

『おふくさん』

服部美法／ぶん・え 大日本図書

おふくさんたちは毎日ニコニコ、みんな仲良く暮らしていました。しかし、ある日、こわい鬼がやってきて…。怖い顔をしていた鬼もつい笑ってしまう楽しい絵本。



ヘルシー クッキング

真庭市栄養改善協議会の提供です



白菜と豆乳のスープ

白菜にはカルシウムが多く含まれており体内の調整をしてくれます。また、豆乳は美肌効果が期待できます。スープなので体が温まり寒い冬を過ごせると思います。

材料(4人分)

- ・白菜 120g
- ・しめじ 40g
- ・ベーコン 20g
- ・水 320ml
- ・コンソメ(顆粒) 2g(小さじ1弱)
- ・塩 2g(小さじ1/3)
- ・豆乳(成分無調整) 200ml

作り方

- ①白菜は食べやすい大きさに切る。(1.5cm程度)
しめじは小房に分ける。
ベーコンは5mm幅に切る。
- ②水を加えて煮立ったらベーコン、白菜、しめじ、コンソメを入れ、アクをとりながら2～3分煮る。
- ③豆乳を加えてひと煮立ちさせて、塩で味を調えて、火を止める。
※豆乳は沸騰しやすいので注意

<1人分栄養価>

エネルギー 50kcal たんぱく質 2.9g
脂質 3.0g 炭水化物 3.3g
カルシウム 21mg 食塩相当量 0.8g

今月のレシピ
提供は

西本恵美子さん
(久世支部)



まにわ が 好きっ 読者の広場



▲ PN ユミラさん



▲ 岩野暁光さん



玉だれの滝も凍る寒さ(1/12)

寒波に襲われたこの日の朝、神庭の滝にある玉だれの滝が凍ったと一報が入り撮影に行きました。いつもは数珠が連なるように流れ落ちる玉だれの滝が氷柱のようになっていました。

川柳「写真」

選:落合川柳会 中川栄策 さん

4月号の兼題は「飛ぶ」

アルバムの中で生きてる母恋し
 この写真母の呼ぶ声きこえそう
 半世紀過ぎても見入る結婚写真
 終活に思案の一つ写真あり
 孫ひ孫年々増える写真帳
 懐に孫の写真を持ち歩き
 写真帳齡行く毎に妻とおり
 三男坊写真の数もグット減
 若作りしても写真に年が出る
 水田のさかさ蒜山うつしとる
 亡き父母に会いたくなったら写真みる
 犯人のような免許の顔写真
 写真帖姉のお古を着た笑顔
 遠い日の写真ゆっくり語り出す
 初孫が笑うシャッターチャンス今
 七五三晴れ着の写真Vサイン
 さあ行こう亡夫の写真と旅に出る
 満面の笑顔の写真亡妻が呼ぶ

植田万里子 月田
 長尾道子 三阪
 小谷美紗子 蒜山下見
 半田 充 久世
 仲田孝江 組
 横山とも子 久世
 行本慎五 久世
 木目木六 上河内
 小椋蓉子 下湯原
 小椋芳子 蒜山東茅部
 西本艶子 岩井谷
 永田寿道 檉東
 榎本公枝 上市瀬
 菊池千江子 本郷
 牧 俊隆 西原
 岩古房恵 蒜山東茅部
 小谷三千子 別所
 中川栄策