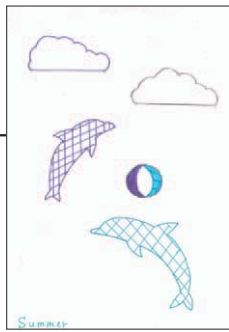




▲ PN 阪神



▲ PN 筆



▲ PN チー太口

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。

今月は、寄せられたお便り43通の中からチョイス

**まにわ**  
が  
**好きっ**  
読者の広場

今月のテーマ

# 「お弁当」

## 「おにぎり弁当」

PN 赤野太人さん(赤野)

大阪と奈良の府県境に標高517㍎の雄岳と474㍎の雌岳からなる二上山がある。雄岳山頂には葛城二上神社や大津皇子の墓もある歴史の山でもあり、奈良盆地から眺める夕陽に映える美しいシルエットは万葉集にも謳われております。毎年、大阪・奈良の地元自治体による環境サミットがあり、若者グループによる音楽イベントもあって大勢が登っています。私も当時6歳の息子と4歳の娘を連れて3人で登りましたが、途中で元気な娘も足が痛いとぐずりだし、仕方なく背負って汗だくで登ると山頂は開け、眼下に大阪平野と奈良盆地が見渡せる大パノラマ。簡素な手

作りのおにぎり弁当は、一生で一番美味しかったと懐かしく思い出しています。



山頂で味わうお弁当

## 「弁当の思い出」

PN 木目木六さん(上河内)

釜の中央の麦米の混ざったところに、一、二握の白米を掘って入れて飯を炊き、その部分を父親の弁当に詰めて出勤していた。子どもは次で食べたり、弁当にしていた。当時のおかずには良い物が無か

お便りお待ちしています!

メールの場合は hisho@city.maniwa.lg.jp

11月号 読者の広場

テーマは「お小遣い」です。

もらったお小遣いで買ったもの、お小遣いにまつわる思い出など、お小遣いについて、200字程度でお寄せください。

川柳の兼題は「豊作」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9月28日(木)です。

10月号のテーマ

「旅行」

についてお便りを募集しています。(9月9日締め切り)

## 「お弁当」

小椋蓉子さん(下湯原)

「塩するめ」の焼いたのが時々あり、ほどよく塩味が飯に付いていて大好きでした。当時3個も4個も弁当を作っていた母親は大変、たつたろうと思ひ、今でも感謝感謝です。学校では漬物(たくわん)の時はストープで温めていたので教室は臭いで大変でした。昔の思い出です。

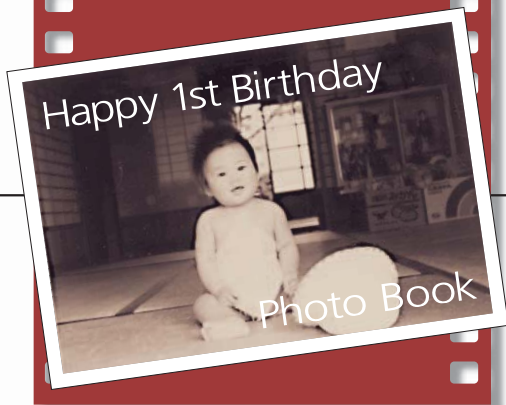
私達が子どもの頃は、まだ給食がなかったので、家庭から持ってくる昼食の弁当が本当に楽しみでした。弁当箱にご飯を入れて真ん中に梅干しがあり、玉子焼きが少しと、たくあんを細く切って入っているというシンプルなものでした。食材が豊富でない時代、みんな定番の日の丸弁当に結

## 「母の愛情」

PN みなみの風さん(鹿田)

構満足してました。戦後、5、6年経過した頃に学校給食が始まったように思います。現在は小、中学校とも完全給食になり、栄養、色どり、カロリーと全般的にバランスの取れた食事に満たされ、毎日弁当を作ることも少なくなっているの親は時間的に助かっています。

中学と高校の6年間はお弁当でした。毎朝、母親が兄妹3人分をせつせと作ってくれていたのを思い出します。私の好きなおかずは玉子焼き。ほんのり甘いあの味は今も忘れられません。あの頃気づくことは出来ませんでした。お弁当には子を思う母の愛情がいっぱい詰まっています。



★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  
TEL7-42-1163(FAX1353)  
E-mail:hisho@city.maniwa.lg.jp  
※㊦=応募者



▲ 匿名希望さん



いけだ じおん  
池田 慈音くん  
H27.9.16生まれ(蒜山下見)  
㊦公昭・恭子さん(両親)



くにもと あさひ  
國本 旭くん  
H27.9.11生まれ(勝山)  
㊦慶次郎・麻衣子さん(両親)



わだ かいり  
和田 海里くん  
H27.9.5生まれ(田原山上)  
㊦義海・ひろみさん(両親)



かわぐち よしき  
川口 善暉くん  
H27.9.4生まれ(上皆部)  
㊦剛・小百合さん(両親)



せじま えいた  
瀬島 瑛太くん  
H27.9.30生まれ(久世)  
㊦範明・まゆみさん(両親)



にしだ たお  
西田 多緒ちゃん  
H27.9.29生まれ(多田)  
㊦信一・夏子さん(両親)



うねだ あかね  
畦田 紅音ちゃん  
H27.9.26生まれ(上市瀬)  
㊦芳広・裕子さん(両親)



いわもと ゆきの  
岩本 幸乃ちゃん  
H27.9.19生まれ(台金屋)  
㊦幸二・妙子さん(両親)

# 広報クイズ 知ってる? まにわ

クイズに答えて  
まにわ通になろう!

Q:市民のみなさんと市長がまちづくりについて  
語り合う「意見交換の場」の名前は何か?

## ■応募方法

はがきに①住所②氏名③年齢④電話番号⑤クイズの答えを明記し応募してください。正解者には、抽選で記念品をお送りします。なお、発表は記念品の発送をもって代えさせていただきます。

## ■応募先

〒719-3292 真庭市久世2927-2  
真庭市役所秘書広報課「広報クイズ係」

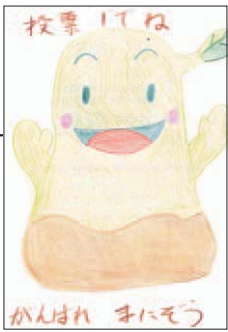
## ■応募締切 9月19日(月)まで

☎ 秘書広報課 横山・升本 TEL7-42-1163(FAX1353)

市役所ではこの意見交換会の開催を希望する団体を募集しているよ!



8月号の正解は…真庭市子育て世代包括支援センターでした



▲PN ギンコロ



▲PN リク



▲PN ペイちゃん

# 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

TEL・FAX 7-52-3315

開館時間 9:00~18:00

休館日 毎週火曜日および年末年始

## 今月のおすすめの本

### 「季節のおうち寿司」

岡田大介／著 PHP研究所



季節の行事や人生の節目であるハレの日のご馳走、「郷土寿司」。寿司職人である著者が日本各地で出会った「郷土寿司」をおうちで作れるよう考えたレシピを季節の行事ごとに紹介しています。また突然の来客時や余りものでの「とっさのおうち寿司」レシピも役立ちます。

### 「くらべる東西」

おかべたかし／文 東京書籍

同じものでも地域によってさまざまな理由で違ってくる場合があります。本書ではその「違い」を全て写真で見せてくれるので一日瞭然。主に関東と関西の違いなので岡山では当てはまらないことがあるかもしれませんが、それを見つけるのも楽しいですよ。



### 「恐竜の骨」

ロブ・コルソン／文 辰巳出版



脊椎動物の進化史上もっとも繁栄し、そして、約6600万年前に気候の変化に耐えられず多くが絶滅した恐竜。謎に満ちているその姿は今に残っている化石を調べることでわかります。どんな姿をしていたか、どんなくらしをしていたか意外な姿が見えてくるかもしれません。

### 「ちいさなちいさなおかしのまち」

さかいさちえ／作 教育画劇

あま〜い匂いでいっぱいのお菓子のまち。ポコポコは1丁目から5丁目にお出かけ。チョコやケーキのお買い物をしたり、キャンディの遊具で遊んだり。お家に着くと大好きなまちゃんの誕生日パーティーを開きます。キュートな絵と、親子でほっこりできる絵本です。



伝統の音色 守り伝えます  
水島瞬さん(勝山)  
勝山町並み保存地区の盆踊りで、音頭の尺八を吹きました。勝山千代萬歳豊稔踊りの保存会に去年から入っています。盆踊りで演奏するのは2回目です。最初はやっぱり音を出すのが難しかったです。が、保存会の先生に教えてもらうほか、個人練習もして腕を磨いています。地域に古くから伝わる踊りを、若手も一緒に守っていききたいです。

地元の歴史や文化を再確認  
篠桂太さん、雄太くん、彩乃さん(鍋屋)  
久世駅周辺歴史探検に親子で参加しました。子どもたちは夏休みの自由研究も兼ねて。本庁舎から商店街を歩いて久世駅まで歩き、途中、早川代官像や重願寺などを訪ねました。町並みの移り変わりを感じ、地元の歴史に改めて触れることができてよかったです。午前中から厳しい暑さとなりましたが、子どもたち



トウモロコシ収穫したよ  
植木凜太くん(蒜山下福田)  
八東小学校では5年生になると高知県須崎市の小学校と交流会をしています。夏には

取材先で、こんにちは。



は元気いっぱい。虫などの生き物も発見し、まち歩きを楽しんでいたようです。



僕たちが須崎市へ行き、冬には須崎市から蒜山に来てくれます。今日はお土産を持っていくトウモロコシをみんなで収穫しました。草取りは大変だったけど甘くておいしいトウモロコシができました。交流会では蒜山のいいところを知ってもらいたいし、高知県のいいところもたくさん知りたいです。交流会は今年度が最後になってしまっただけで、思いっきり楽しみたいし友だちも作りたいです。

# ヘルシー クッキング

## 9月は食育月間 「まにわ食育クイズ」に挑戦しよう

9月は食生活改善普及運動月間です。真庭市栄養改善協議会では、魚・野菜に関するクイズを行います。クイズに答えて「食」について学びましょう。

### 読み仮名クイズ

次の魚・野菜の漢字の読みかたを3つの中から選んでください。

問1：鰻

- ①あんこう ②ぶり ③うなぎ

問2：鮎

- ①あゆ ②あじ ③あまご

問3：鯖

- ①いわし ②さば ③さんま

問4：鰯

- ①ぶり ②かれい ③ヒラメ

問5：鱈

- ①たい ②たら ③めだか

問6：鱈

- ①さわら ②さけ ③さより

問7：鱈

- ①はたはた ②はぜ ③にしん

問8：葱

- ①なす ②ねぎ ③にら

問9：野沢菜

- ①のざわな ②ひろしな ③のぎく

問10：胡瓜

- ①かぼちゃ ②うり ③きゅうり

#### ■応募方法

はがきに①答え②住所③氏名④年齢⑤電話番号を明記し、応募してください。全問正解者には、抽選で記念品をお送りします。なお、発表は記念品の発送をもって代えさせていただきます。

#### ■応募先

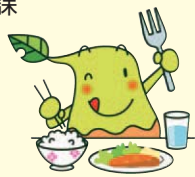
〒719-3292 真庭市久世2927-2  
真庭市役所健康推進課  
「真庭食育クイズ係」

#### ■応募締切

9月30日(金)まで

#### ■問い合わせ先

健康推進課 兵江・池田  
TEL7-42-1050(FAX1388)



▲PN ちい



▲PN こはる



## 早朝の中蒜山山頂からの眺め(8/8)

インターハイ登山競技の撮影で中蒜山に登りました。選手が登ってくる姿を撮影するために、朝5時過ぎからの登山。辛いときもありましたが、雲海を見ることができて、少し得した気分になりました。

## 川柳「天気」

選：勝山川柳会 原 健裕さん

11月号の兼題は「豊作」

いい天気夫と汗かき畑仕事  
天気よし女房はずんできよく動く  
言い伝え天気予報がよく当たる  
天気見てその日の仕事決める朝  
疲れたか今日は朝から悪天気  
白金空へあすも天気だ鎌をとく  
好きな物つくって食べて元気です  
計画を立てる目安も先ず天気  
弾む口天気回復バスの旅  
心地よい天気味方にして歩く  
誰にでも声をかけたいい天気  
雨降って地固まらず草が生え  
先ず天気枕詞にごあいさつ  
一日の気分も朝の空模様  
天気だと妻の指図で疲れ増す  
お天気と手を組み土と七十年  
秋日和孫があと押す車椅子

健裕

植田万里子 月田  
美甘栄枝 蒜山上長田  
西本艶子 岩井谷  
林 陽子 曲り  
仲田孝江 組  
松尾千恵子 月田  
小椋 都 蒜山下福田  
小椋 都 下湯原  
沼本治国 鹿田  
菊池千江子 本郷  
横山とも子 久世  
田中久榮 久世  
小谷義孝 月田  
木目木六 上河内  
君影草 組  
行本愼五 久世  
牧 俊隆 西原

健裕