

まにわ が 好きっ 読者の広場



ふくしま いおり
福島衣織 ちゃん
H26. 4. 16 生まれ(台金屋)
◎ 弘之さん(父)



しもむら まお
下村麻緒 ちゃん
H26. 4. 10 生まれ(久世)
◎ 知之・礼子さん(両親)



かさほら ゆめ
笠原夕愛 ちゃん
H26. 4. 4 生まれ(多田)
◎ 正雄・千春さん(両親)



▲ PN たつき

「笑顔」
稲岡雅子さん(上)

笑顔は子どもから大人まで誰が見てもいいものです。特に子どもの笑顔は愛らしいものです。大人でも欠かせない笑顔です。とある人のお話をさせてもらいます。少し昔の話になりますが、南部の方に養子にというお話があり、当家の母親と仲人さんがお会いになりました。母親は仲人さんの大変ユーモアのあるお話について上品さを忘れて大きな口を開けて高笑いをしてしまい、気付いたときは後の

祭りでした。すると仲人さんが「お母さん、あなたのように笑いのある親ならいい息子さんでしょう。話を前に進めましょう」と言われ、その日のうちに話が決まりました。「十分な教育もしていないので恥ずかしいような息子です」と言うと、「立派に養子を務める息子さんですよ」と言ってくれました。家族に気に入られ、子どもにも恵まれ、今は大黒柱となつて余生を送つておられることは、微笑ましいお話です。私も、実母の笑つて暮らさないといふ教えに背いてはいけないと思ひ、子どもに接するときも、他人様に接するときも笑顔を絶やさず、辛いときも悲しいときも笑顔に変えて、残り少ない人生を謳歌して暮らしたいと願っている今日このごろです。



▲ PN ライオン

「笑顔が大好き」
PNはなまるさん(湯原温泉)

私は、笑顔を見ることが好きです。子どもはもちろんですが、大人やおじいちゃん、おばあちゃんの笑顔が大好きです。辛いことや悲しいことがあつても、笑顔を見ると心が救われるような気持ちになります。ですので、私もなるべく笑顔に心がけ、誰かを見るように努力していきたいと思ひます。また、世界中に笑顔が溢れて争いがなくなることを願っています。

市営住宅入居者募集

市営住宅の入居者を募集しています。随時募集の住宅については、お問い合わせください。

種別	地区	住宅名	間取	戸数	建築年	家賃等
公営住宅	勝山	石原住宅	3DK	1戸	H3年建築	19,600~29,200円 共益費4,000円
	蒜山	緑が丘住宅	3LDK	1戸	H7年建築	22,000~32,800円
単独住宅	落合	立誠住宅3階	3DK	1戸	H5年建築	21,000円
	落合	立誠住宅5階	3DK	1戸	H5年建築	15,700円
若者定住住宅	湯原	禾津住宅	3LDK	1戸	H16年建築	25,000円

■ 募集期間 4月15日(水)午後5時まで ■ 入居可能日 5月下旬 ㊟ 都市住宅課 TEL7-42-7781

お便り お待ちしております!

メールの場合は
hisho@city.maniwa.lg.jp

6月号 読者の広場

テーマは
「挑戦」です。

今挑戦していること。これから挑戦したいこと。失敗した挑戦など挑戦について、200字程度でお寄せください。

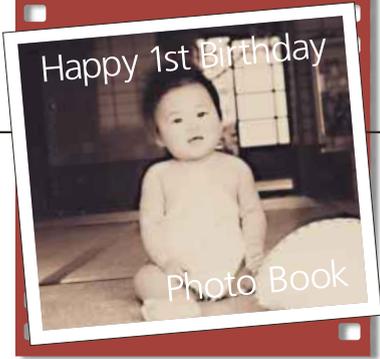
川柳の兼題は
「飾る」です。

お便りは、3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4月30日(木)です。

5月号では、「友達」
についてお便りを募集しています。
(4月10日締め切り)

5月生まれ募集中!

★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★
総合政策部秘書広報課
〒719-3292真庭市久世2927-2
TEL7-42-1163(FAX1353)
E-mail:hisho@city.maniwa.lg.jp



たけはら さら
竹原彩桜 ちゃん
H26. 4. 18 生まれ(久世)
Ⓒ 昌子さん(母)



みやま だいすけ
美山 大祐 くん
H26. 4. 17 生まれ(下方)
Ⓒ 貴昭さん(父)



てらこし ゆうま
寺越 悠真 くん
H26. 4. 16 生まれ(中)
Ⓒ 健さん(父)

魅力あるまちづくりを応援

ふるさと納税として寄付金をいただきました。

総合政策課 TEL7-42-1169

- 日野 京成さん(北海道札幌市)
- 末永 和人さん(福島県福島市)
- 内藤 祐之さん(埼玉県さいたま市)
- 安田 明弘さん(千葉県習志野市)
- 木田 修さん(千葉県千葉市)
- 川崎悠一朗さん(東京都新宿区)
- 富川 吉春さん(東京都世田谷区)
- 鈴木 聡さん(東京都世田谷区)
- 土田 秀幸さん(東京都西多摩郡瑞穂町)
- 会田 陽一さん(東京都千代田区)
- 大野 智成さん(東京都板橋区)
- 津和崎宏児さん(東京都品川区)
- 櫻田 瑤子さん(東京都文京区)
- 大島 朋子さん(東京都目黒区)
- 横山 祐太さん(神奈川県横浜市)
- 小林 慎一さん(神奈川県横浜市)
- 牧 貴之さん(神奈川県横浜市)
- 近藤 康介さん(神奈川県横浜市)
- 岡崎 壮平さん(神奈川県横浜市)
- 安藤由香里さん(神奈川県川崎市)
- 飯島 利行さん(神奈川県川崎市)
- 山田 康雄さん(神奈川県相模原市)
- 井出 裕子さん(長野県佐久市)
- 杉原 輝幸さん(愛知県春日井市)
- 長江 智志さん(愛知県瀬戸市)
- 杉浦 勝哲さん(愛知県知多郡阿久比町)
- 三浦 鈴代さん(愛知県豊田市)
- 山本 博史さん(愛知県名古屋市)
- 岡田 悠さん(愛知県名古屋市)
- 大川 和義さん(京都府京都市)
- 岸部 成治さん(大阪府高石市)
- 宗光 博文さん(大阪府高槻市)
- 向井 準二さん(大阪府堺市北区)
- 川端 孝宣さん(大阪府寝屋川市)
- 西外 實さん(大阪府大阪市)
- 濱口三佐夫さん(大阪府東大阪市)
- 高瀬 恭三さん(大阪府枚方市)
- 磯田ひとみさん(兵庫県西宮市)
- 塩見 禎而さん(兵庫県尼崎市)
- 田原 政則さん(岡山県岡山市)

平成27年2月入金分を掲載しています。

中津井せんだんの会では、県や市の事業を受け、中津井地区の活性化事業に取り組んでいます。この地域ならではのものを作ろうと、中津井郷土料理研究会を立ち上げました。この2月には県外への視察を企画。地区の皆さんに声を掛け、広島県安芸高田市に視察に行きました。当地の農

「中津井の新たな味を」
中津井せんだんの会
植田満夫さん(下中津井)

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。



なかつい陣屋で開かれた試食会(3月10日)

事組合法人が運営する『えーのー夢茶屋』にお邪魔させていただいたのですが、そこで味わった料理を参考に、視察後に『なかつい陣屋』で豆腐料理の試食会を開催しました。腕を振るったのは、陣屋の厨

房で活躍する女性陣。それぞれに持ち寄ってくれたアイデア料理がずらりと並び、豆腐だけでこんなにもたくさん料理ができるのかと驚きました。あんかけ、サラダ、鍋…。感想や意見を出し合いながら口に運び、こうすれば、あれと組み合わせればと新たなアイデアが飛び交いました。今回は試食会なので、メニューはこれで完成ではありませんが、こうしてみんなで意見を出していけば良いものができるはず。中津井の新たな味の完成を目指し、地域のみんなで頑張っていきたいです。

緑の募金 緑化事業

●「緑の募金」にご協力ください

国内外で「森づくり・人づくり」活動に生かされます。森林を守り育てる運動にご理解、ご協力をお願いします。募金箱は本庁舎および各振興局に設置しています。

●緑化事業の案内

地域自主組織や小学校などの団体が取り組む植樹活動に対し、苗木を配布します。希望する団体は、林業・バイオマス産業課および各振興局で申請して下さい。

【申込締切】4月21日(火) 【配布時期】11月上旬予定

☎ 林業・バイオマス産業課 TEL7-42-5022



▲ PN みんな大好き



▲ PN ゆり



▲ PN ハナ王子



防火の意識もっと高めて
平島聖也さん(開田)
 無火災まちづくり駅伝大会で真庭消防署Aチームのアンカーとして走りまわりました。小学生の頃に初出場し、今回が7回目の出場。伝統ある大会が今回で終わってしまうのは寂しい気もしますが、火災のないまちづくりを進める上では大変意義のあるイベントだったと思います。これで無火災の意識が薄まるのではなく、さらに防火への意識を高めてもらいたいと願っています。

広めたいエクササイズ
二宗富美子さん(目木)
 げんき☆輝きエクササイズのお披露目記念講演会に、認知症予防になる運動を教えてくださいませんかというので参加しました。今日は最初なので、動きを覚えることはできませんでしたが、それなりについていけたと思います。運動の内容はそんなに難しくないので、これから、真庭いきいきテレビでもこのエクササイズが放送されるということで、しつかり覚えて、みんなで楽



蒜山高校最後の卒業生として
法花 巧さん(蒜山上福田)
 蒜山高校は、生徒と地域の人や教員との距離が近いとこ

取材先で、こんにちは。

真庭人

ま にわ びと

しみながら広めていきたいと思えます。



ろが魅力です。在学中に生徒会長をしていた私は、生徒会の活動の一つとして、地域の人や生徒、教員が一緒になって、みんなで意見を出し合いながら蒜山高校のこれからを考える「ドリームミーティング」という会議を企画したことが印象に残っています。この会議で、助け合うことの大切さを感じました。これまで多くの人に助けってもらった恩返しとして、今度は自分が人を助けることができる大人になりたいです。

図書館へ行こう! 本の紹介

美甘図書室

〒717-0105 真庭市美甘4134
 TEL 7-56-2611 FAX 7-56-2033
 開館時間 8:30~17:00
 休館日 年末年始

今月のおすすめの本

「はじめてでも大丈夫! きほんの園児おべんとう」

脇 雅世/監修・料理 成美堂出版



園児のおべんとうで大切なことは、食べやすさ。子どもが大好きなメニューを食べやすいように工夫した、手軽にできる毎日のおべんとうレシピを紹介。かわいいミニおかずや、運動会・親子遠足などのイベントのおべんとうも掲載しています。

「おひさまやのめざましどけい」

茂市久美子/作 講談社

ウサギのお店「おひさまや」には、朝が苦手な人のためのものが置いてあります。朝なかなか起きられない小学校1年生のひろしは、「おひさまや」で魔法の目覚まし時計を進められて…。



「がっこういこうぜ!」

もとしいずみ/作 岩崎書店



学校をズル休みしているけんごのところへ、せいぎが迎えにきた。「今日も学校休むのかよ」と言うせいぎに、けんごは「妖怪のせいで行けない」と言い出して…。笑いとう情の妖怪絵本です。

真庭市立図書館ホームページをリニューアルしました



真庭市立久世図書館 TEL 7-42-7203

ヘルシー クッキング

真庭市栄養改善協議会の提供です



菜めし

具をごま油で炒めることで風味が増し、塩がなくてもおいしく食べられます。簡単に作れる朝ごはんとしてもおすすめです。生活リズムが変わりやすい時期ですが、朝食をきちんととるように心掛けましょう。

材料(4人分)

- ・米 2合(300g) ・青菜 200g
- ・しらす干し 50g
- ・ごま油 大さじ1
- ※青菜：小松菜やホウレン草など

作り方

- ①米を洗い、2合の目盛りに水加減して炊く。
- ②青菜は柔らかめにゆでて水にとり、水気を絞ってみじん切りにする。しらす干しは、さっと湯通しする。
- ③フライパンにごま油を熱し、青菜を炒める。しらす干しも加えてさっと炒める。
- ④炊いたご飯に青菜、しらす干しを加えて混ぜる。

※好みで刻みのりやごまを乗せてもよい。

<1人分栄養価>

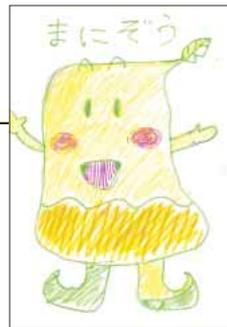
エネルギー316kcal たんぱく質 8.2g
脂質 4.0g カルシウム 115mg
食塩相当量 0.5g

今月のレシピ
提供は

後藤勝子さん
(北房支部)



まにわ が 好きっ 読者の広場



▲PN こなっちゃん



▲岩野明里



新しいお土産ができました
CLT(直交集成板)をモチーフにした「CLTチヨコレート」が完成しました。真庭の特産品を練り込んだ、ミルク、チーズ、青大豆、紅茶の味が楽しめます。市内で絶賛発売中です。

川柳「心」

選：川柳おちあい 川崎澄夫さん

6月号の兼題は「飾る」

母なれど心根までは産んでない
老婆でも心わくわく開花待つ
初帰郷弾む心に歌も治い
もてなしの心形にまず笑顔
法話聞き心晴れば帰路につく
お早ようでその日心地が晴れやかに
年賀状心なごんでくる自筆
結ばれて心に咲かす永遠の花
心から笑うやさしい顔になり
優しくて心の広いうちの嫁
真心のタッチひとつで今日はグー
穏やかな心に映るいい笑顔
お喋りも心の老いに効く薬
日溜りは悩む心も笑顔にす
早く咲け蕾で居てと親心
親ごころ乗せる詐欺師の口車
喜怒哀楽私の心知る鏡
〈軸吟〉一徹を心意気とはもう言えぬ

澄夫

松尾千恵子	月田
小谷三千子	別所
悠々	上水田
小谷義孝	月田
中山春子	本庄
沼本治国	鹿田
小椋 都	蒜山下福田
山中清子	蒜山下和
瀧上秀子	落合垂水
庄司美佐恵	久世
本森定江	種
横山とも子	久世
菊池俊男	本郷
大森喜久恵	西原
若田万寿子	落合垂水
美甘栄枝	蒜山上長田
永田寿道	榎東