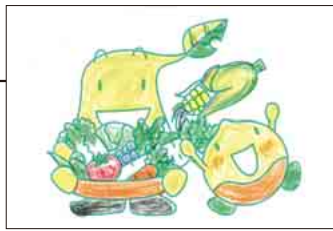




ならもと けんすけ
榎本 健介くん
H29. 10. 10 生まれ(上市瀬)
㊦ 直哉さん・美希さん(両親)



くらた れい
倉田 滯ちゃん
H29. 10. 5 生まれ(上水田)
㊦ 和矢さん・知佳さん(両親)



▲ 松尾千恵子さん

まにわ が 好きっ

読者の広場

今月のテーマ

「祭り」

「子孫の祭り」

小椋芳子さん(蒜山東茅部)

法事は死者の祀りごとですが、実は生きている者の「お祭り」ではないかと思えます。1年、3年、と50年祭まで行われます。先祖代々の人のを合わせて行う事が多く兄の13年の時は父母の法事も合わせて行いました。ご住職さんが「こうして法事に親戚中が集まって先祖の思い出話をされるのが一番の供養です」更に「仏さんは思い出話に出るたびに天国の階段を登って行かれます」とも言われたのです。亡くなくても思い出されるような人になりなさいという事でしようか。不思議と亡くなった人に対しては「優しかった」、「お金は残さんかったが気が良かった」などいいことしか思い出



▲ PN ツ↑へ↑さん

さないものです。法事は大変ですが感謝の念を抱き明日からの頑張る力になっていく大切な行事です。祖先から命のバトンがあつてこそ今日ののだと感謝する毎日です。

「感謝と祈りを神様へ」

小椋蓉子さん(下湯原)

秋は、全国的にお祭りが盛大に催されます。祭り、という北島三郎さんの歌を思い出して、口ずさんでいます。

四季折々の自然に感謝し、五穀豊穡を祝って神様を敬い心の安泰を祈願します。幼少より、両親や祖父母について氏神様にお参りしました。今でもお祭りの日には、お参りは欠かせません。真面目な気持ちで、今日まで健康で生活できた事をありがたく思います。心が癒やされて、明日へ

「着飾る楽しみ」

PN 米俵さん(西河内)

の勇気をいただきます。子どもの頃は、お小遣いをもらって、神社の境内の露天の店で、お目当てのものを買うのが楽しみでした。今年は、近年にない異常気象による災害があつたので、せめて、被害が少なくて済むように、宇宙の神様をお願いしたいと思います。

幼少の頃参加した地元のお祭りを思い出してみると、早起きして母に化粧をしてもらったあと、みんなでコミュニケーションに集まったらスプレーで髪をキラキラに染めてもらっていました。お気に入りには、口紅で顔に模様を描いてもらうことで、まんまるの頬に走る紅筆がくすぐったく、鏡を

お便り お待ちしております!

メールの場合は
koho@city.maniwa.lg.jp

12月号 読者の広場

テーマは
「未来」です。

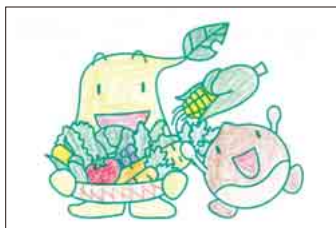
自分や誰かに、未来に向けて伝えたいこと、思い描くことなどを200字程度でお寄せください。

川柳の兼題は
「覗く」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10月25日(木)です。



▲ PN ホットコーヒーさん



▲ PN 福岡ゆいさん

見るのが楽しみでした。着飾ることでイベントが更に楽しくなるのは、今も昔も変わらないなあと感じます。

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



わかだ きづき
若田 輝月ちゃん
H29.10.13 生まれ(落合垂水)
㊦ 輝夫さん・まゆみさん(両親)



せじま たいか
妹島 大芽くん
H29.10.13 生まれ(多田)
㊦ 亮太さん(父親)



まえだ りく
前田 理玖くん
H29.10.12 生まれ(久世)
㊦ 浩志さん・若菜さん(両親)



★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



かたやま ほのか
片山 穂華ちゃん
H29.10.24 生まれ(中)
㊦ 功雄さん・明九美さん(両親)



ひら りょうじ
平 凌士くん
H29.10.14 生まれ(下皆部)
㊦ 有希さん・美紀さん(両親)



「家族として大切に」
PN J.T.さん(下河内)
少しずつ秋らしくなってきましたね。我が家では、八月二十五日に25年間生きた猫が亡くなりました。可愛い、とってもいい子でした。この頃、動物を大切にしなかったり捨てたりする人が多くなってきましたが、動物はひとりでは生きられません。責任を持つて大切に育てれば長生きをします。皆さん動物はペットとしてではなく、ひとりの家族として、大切に愛を持って接してあげて下さい。長い間にはいろんな思い出作りが出来ます。私もいつばい思い出があり、少しずつ思い出しながら頑張っています。

ここからは、皆さんから寄せられた「テーマ」以外のお便りを紹介します。

My sister in Maniwa!



サルを見て喜ぶ妹(撮影:ローラ)

Hello! How are you? This month, my sister came to visit from London for a week! We visited all sorts of spots, from Okayama City to Hiruzen to Kuse, and had a great time in the Japanese countryside. She especially loved all the animals we saw — from monkeys at Kanba Falls, to Capybara and hanzaki — it's amazing what Maniwa has to offer! I was just really happy to share Maniwa with someone I love, and I'm hoping that more people come to visit too!

国際交流員 ローラのコラム



妹が真庭に!

こんにちは! お元気ですか? 今月、私の妹が1週間真庭市に来てくれました! 岡山市、蒜山や久世、いろいろな観光地へ行って、日本の田舎を満喫できました! 妹は特に、自然や動物が気に入って、神庭の滝のサルや、カピバラや湯原のハンザキを見て、本当に素敵だと言ってくれました! 私にとって、大好きな真庭を大好きな人にシェアできるのは嬉しかったです。またいろいろな人にも真庭の魅力を伝えますように!



▲ PN きこりんさん



▲ 匿名希望さん



大学生と秘密基地づくり
市本裕司さん(上市瀬)
岡山県立大学の学生さんたちと一緒に、木山寺の裏山に秘密基地をつくりました。学生たちにはアドバイスをしたり、作業に協力したりしました。学生からは若いエネルギーがもたらえます。お寺や神社に、若い人たちが子どもたちが足を運んでもらえるきっかけになればと思っています。

インターンシップで感じた真庭
横山勇吹さん(久世)
8月24日から9月4日の間、インターンシップとして勉強のため真庭市役所の秘書広報課へ。市民の皆さんや、市役所の職員のほか、訪日外国人の人にも話しを聞く機会を得ることができ、それぞれの私たちの思う真庭の魅力に触れ、思いもなかった真庭の良さ、真庭らしさ、真庭の可能性が垣間見えたことは、とても貴重な経験になりました。真庭を盛り上げたいとい



漆の創作料理をめしあがれ
漆原郷三郎さん
私は漆の林で育ち、身も心も漆でできている漆料理人。料理を通じて多くの人に漆や

取材先で、こんにちは。

真庭人
ま にわ びと

う熱量のある人たちがたくさんいることにも気づきました。自分も、この真庭に貢献したいと思っています。



※漆のPRキャラクターです

郷原漆器を広めようと活動中だ。今回行われたツアー「漆の雫」では、漆という新しい食材に参加者が親しみを持てるような創作料理を作った。リゾットや鶏肉を煮込んだ韓国料理の「オッケタン」には、漆の木を煮出して作った出汁を使っている。蒜山の空と土と水で育った漆を思い浮かべながら食べてもらいたいと思う。これからも料理や加工品で漆や郷原漆器の知名度アップを狙っていくぞ。

図書館へ行こう! 本の紹介

真庭市立中央図書館

〒717-0013 真庭市勝山53-1

TEL 0867-44-2012 FAX 0867-44-2020

開館時間 9:00~19:00(シアターは21:00まで)

休館日 毎週月曜日(月曜が祝日の場合翌日)
年末年始

今月のおすすめの本

『未来を変える目標 SDGsアイデアブック』

一般社団法人 Think Earth/編著

蟹江憲史/監修 ロビン西/マンガ



SDGsという言葉、最近よく耳にしませんか?世界が2016年から2030年までに達成すべき17の環境や開発に関する持続可能な開発目標のことをいいます。貧困、福祉・健康問題等、個々や自治体が抱える問題解決のために出来る第一歩とは?この本で楽しく学びましょう。

『のらくろ探検隊』

田川水泡/著 講談社

黒い犬、のらくろが主人公の漫画。マイペースでお調子者。蛙が苦手、好きな食べ物は豚饅頭と豆大福。そんなのらくろが、犬の軍隊で活躍するお話です。のらくろ世代の方には懐かしさが込み上げるのではないのでしょうか。



『スタンリーとちいさな火星』

サイモン・ジェームズ/作 千葉茂樹/訳



母さんが泊りがけで出かけた日、スタンリーは火星へ飛び立ちました。入れ替わりにやってきたのは、スタンリーそっくりの火星星人!手を洗うのも、野菜を食べるのも、お風呂に入るのも大嫌い!母親のいない寂しさを、ユニークに乗り切ろうとする男の子のお話。

『わけあって絶滅しました。』

今泉忠明/監修 丸山貴史/著

ねえ、おれはどうして絶滅したと思う?「顎が重すぎて絶滅したプラティペロドン」「まっすぐすぎて絶滅したカメロケラス」「笑いすぎて絶滅したワライフクロウ」など、様々な理由で消えていった生物の「絶滅原因」を紹介する、今までになかった動物図鑑。



ヘルシー クッキング

真庭市栄養改善協議会の提供です



炒め酢豚

揚げないのでカロリーが控えめになり、手間も省けます。

材料(4人分)

- ・豚もも薄切り肉 240g
 - ・ショウガのしぼり汁 小さじ1・1/3
 - ・タマネギ 120g ・ピーマン 80g
 - ・赤・黄パプリカ 各40g
 - ・シメジ80g ・うずら卵(水煮) 4個
 - ・サラダ油 小さじ2 ・サラダ菜 20g
 - ・水溶き片栗粉 片栗粉 小さじ1
水 小さじ2
- A** { ・砂糖 小さじ4 (12g) ・酢 小さじ4 (20g)
・しょうゆ 大さじ2弱 ・水 100ml
・トマトケチャップ 大さじ2・2/3 (40g)

作り方

- ①豚肉は一口大に切り、ショウガのしぼり汁をもみこむ。タマネギは1.5cm厚さのくし形にし、ピーマンとパプリカは一口大の乱切りに、シメジは小房にほぐす。**A**をボウルに入れ、混ぜ合わせておく。
- ②サラダ油を熱し、豚肉とタマネギを炒め、肉の色が変わったらピーマンとパプリカ、シメジを加えて炒め合わせる。
- ③うずら卵を入れ、全体がなじんだら、**A**を回し入れる。煮立ったら3～4分ほど煮て、水溶き片栗粉を加えてとろみをつけ、火を止める。サラダ菜を敷いて、盛り付ける。

<1人分栄養価>

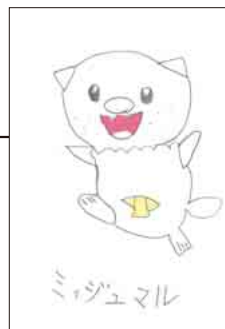
エネルギー 207kcal たんぱく質 15.5g
脂質 9.8g 炭水化物 14.1g
カルシウム 25mg 食塩相当量 1.6g

今月のレシピ
提供は

法華早苗さん
(萩山支部)



まにわ が 好きっ 読者の広場



▲ PN ダースベイダーさん



▲ PN タ↓へ↓さん



勝高が応援団優秀校に!

今夏、59校が出場した全国高校野球選手権記念岡山大会。この大会に出場した勝山高校硬式野球部の試合に熱い声援を送った勝山高校応援団が高く評価され、3校しか受賞できない応援団優秀校に選ばれました。

川柳「時代」

選:湯原川柳会 狩谷博子さん

12月号の兼題は「覗く」

携帯がスマホへ変わる平成時代
隣人と時代を越えて支え合い
捨てられぬ時代で上手にリサイクル
ロボットの人の代わりをする時代
九十路時代の流れ目を見張る
思い出と時代おくれのワンピース
助け合い平和な時代祈ります
フル回転時代がかった扇風機
老いてなお時代の流れに添うて生き
僕だけを待つほど時代は甘くない
変り行く時代に沿うて大地踏む
幸せは戦なき代に生を受け
やっとこさ時代おくれで生きてきた
ロケットの時代に飛行機まだ恐い
生きる術時代の流れに身をまかせ
青春の苦難時代を生きた自負
生きて来た時代がすべて宝物

〈軸吟〉仏壇に五つの時代ひしめいて

博子	行本慎五	福嶋智恵子	西本艶子	水葵	本森定江	牧 俊隆	菊池千江子	小谷義孝	則金いずみ	林 陽子	仲田孝江	植本公枝	小谷三千子	永田寿道	横山とも子	菊池俊男	植田万里子
	久世	多田	岩井谷	上水田	種	西原	本郷	月田	鍋屋	曲り	組	上市瀬	別所	樗東	久世	本郷	月田