

子育て支援

# クリスマス楽しみ会

認定こども園に入っていないお友だち、子育てを頑張っているお家の方、一緒にクリスマスを楽しみましょう!!

日時★12月15日(木) 午前10時～午前11時20分  
場所★美郷町宿泊交流館ワクアス

千畑地区・六郷地区は、バスを運行します。(各園出発)

なかよし園発 9:15

わくわく園発 9:30

美郷町に  
サンタさんが  
やってくる!

※帰りのバスは、ワクアス11:30発、わくわく園11:45着、なかよし園12:00着です。

参加を希望される方は、12月8日(木)まで各園にお申し込みください。

「ひまわり広場」 なかよし園 ☎0187(85)3115  
「あそびにおいで」 わくわく園 ☎0187(84)0023  
「ひだまり」 すこやか園 ☎0187(83)2100

Merry Christmas

もっと野菜を食べよう

## 食改さんの 試してレシピ



MENU  
野菜のジュレ  
BOX



### ワンポイントアドバイス

季節の野菜を彩りよく使うことで食欲が増します。ヘルシーでも豪華に見えるので、クリスマスや正月にもオススメ!

### 材 料 (中タッパー1.7L1個分・約10~12切れ分)

鶏ささみ……………1本	ワカメ……………ひとつまみ
ニンジン……………1/4本	ふのり……………ひとつまみ
ダイコン……………200g位	コンソメスープの素(固形)…2個
ヤングコーンの水煮…10本	ゼラチン……………15g+水30cc位
アスパラガス……………5本	鶏ささみの煮汁…570cc

### 作り方

- ① ニンジン・ダイコンは鉛筆状に細長く切りアスパラガスと共に塩ゆでしておく。ヤングコーンはザルに入れて、ゆで汁をたっぷりかけて臭みを抜く。
- ② 鶏ささみは筋を切り捨て、鍋に水570ccとコンソメスープの素と鶏ささみを入れて煮る。煮えたら鶏ささみを取り除き、食べやすいサイズに手で裂いておく。煮汁はとっておく。
- ③ 小皿にゼラチンと水を入れて軽く混ぜふやかしておく。白くふやけて固くなったら、②の汁が温かいうちにゼラチンを入れてよく溶かす。
- ④ ワカメとふのりは水で洗って固めに戻して、水気をしっかり切っておく。タッパーに彩りよく野菜・鶏ささみ・海藻を重ねるように入れてゼリーを上から静かに流し入れる。冷蔵庫で4時間以上冷やし固める。早く固めたい場合は小さいタッパーで薄い層にするか細長い容器を使うとよい。

### 彩りにゆでエビやカニカマを入れても美味しい!

ゆでグリーンピースやゆで粒コーンも彩りにおすすめです。写真にはゆでエビも使用しています。オクラやそうめんを入れて見た目を変えても楽しいです。

# 美郷の芸術

## 【文芸】

### 短歌

吾が人生数多の苦難乗り越えて笑いの多い日々たどり着き  
 亀虫の今年もあまた這いおればあれやこれやと雪の幽愁  
 霜月の刈り田広々葉の青冴え渡り早苗田とまごう  
 秋晴れの黄金の穂影がさそとたわに稔る稲刈りの日々  
 菊薫る昨秋逝きし母供養親族集い涙新たに  
 青空をカンパスに秋を描き出す花紅葉の美吾の眼も染む  
 目の前に横たわりたる真昼山錦を装い一氣に麓へ  
 草をとる我が足元に来たネズミ猫に見つかりズボンに隠る  
 秋田市での癌征圧の大会での字体操舞台で踊る  
 紅葉してきのこのありそうな山なれど「熊に注意」で降りずに通る  
 一日の暑さを連れて行くように沈む夕日へ残す紅  
 幾たびと確認すれど度忘れて己の勘のにおさに惑う  
 老二人かみ合はぬ会話も時にありあじさいの色雨で変れり  
 春植し無花果の実の十三個収穫にいとしくしはし眺むる  
 紅葉の錦に染まる池田庭ライトアップに浄土視しかも

愛知県 寺澤 良子  
 旭町 後藤 悠万  
 下畑屋 大久保キヨ  
 安城寺上 森元 宏美  
 六郷 籠谷 ミチ  
 金沢 伊藤 敏子  
 六郷 岩田 貞  
 第一 小田敏子  
 羽貫谷地 武田 敏男  
 小荒川 齊藤 キミ  
 下畑屋 大和福三郎  
 東京都 高野栄美子  
 千屋 高橋 重寿  
 大町 藤本 昇  
 大柳 高橋 秀司  
 千屋南部 戸澤 稜生

### 俳句

ひこばえの雪を被りし朝の景  
 小春日や膝いためたりつ歩を延ばす  
 短日の時を止めたき生家かな  
 六郷の紅葉来て見てたんせ中央公園  
 ふたりには少しはまりの松飾り

金沢西根 加藤 省市  
 金沢西根 加藤 栄子  
 千屋 戸澤 陽子  
 六郷 西村 文子  
 六郷 高橋みつを

### 川柳

人山へ里では熊がりんご狩  
 誰しもが健康寿命願いつつ  
 美味だけ飲んだつもりに山の神  
 日本ハム有無を言わさず鯉を飲む  
 長風呂に聞き耳たてて桶の音  
 安い品求めガソリン多くかけ  
 教え子とばったり遇い息子塗装たのむス  
 準決で敗退花園道険し

中野 深澤 光二  
 塚 美郷 紫香  
 本堂城回 戸沢 夢人  
 一丈木 たぐちとしを  
 上野荒町 鈴木 直保  
 西高方町 入海小夜子  
 元本堂北部 齊藤しほ子  
 上畑屋 小林 大悟

## 【イラスト】



### 「どうだんの紅葉」

坂本 和子さん(六郷)

### 作品を募集します(ジャンル不問)

応募される方のお名前、住所、電話番号を明記のうえ、12月9日迄までご応募ください。応募は1点までとしますが、紙面の都合上、すべては掲載できないことがあります。内容が広報掲載上好ましくない作品については掲載しません。

応募先●役場総務課、六郷出張所、仙南出張所  
 町のメール info@town.misato.akita.jp

## 学友館から 新刊図書のご案内

問い合わせ●学友館 ☎0187(84)4040

### 今月のおすすめ

幸せはあなたの心が決める 渡辺 和子(著)  
 心の地雷を踏まないコツ・踏んだときのコツ 根本 裕幸(著)  
 メ切本 左右社編集部(編)  
 13階だてのツリーハウス アンディ・グリフィス(作)  
 りすのピーナッツ メリー・クリスマス! ナンシー・ローズ(著)

#### 一般図書

歎異抄をひらく 高森 顕徹(著)  
 パナマ文書 バスティアン・オーバーマイヤー(著)  
 ちょっとしたストレスを自分ではね返せる子の育て方 土井 高德(著)  
 名医が教える足のお悩み完全解決バイブル 高倉 義典(著)  
 のんで東北たべて東北 杏耶(著)  
 とても温かとてもせつないきみの絵本 ジュヌヴィエーヴ・カスターマン(原作)  
 こわくてゆかいな漢字 張 莉(著)  
 ストロベリーライフ 荻原 浩(著)  
 I love letter あさの あつこ(著)  
 九十歳。何がめでたい 佐藤 愛子(著)

#### 児童書

日本の歴史 1~20 設楽 博己(監修)  
 ハッピーになれる星座占い 鏡 リュウジ(著)  
 たっしもちかたの絵本 WILL子ども知育研究所(編・著)  
 名画で遊ぶあそびじゅつ! エリザベート・ド・ランビリー(著)  
 フラダン 古内 一絵(作)

#### 絵本

100にんのサンタクロース 谷口 智則(作・絵)  
 風をつかまえたウィリアム ウィリアム・カムクワンバ(文)  
 どんぐりむらのだいくさん なかや みわ(作)  
 ゆびさきちゃんのだいぼうけん いわい としお(著)  
 ヘンテコはみがきこ みやにし たつや(作・絵)