

# シークワードに挑戦

◎提供/道の駅つるた・鶴の里あるじゃ

【5月号の答えは】

「かしわもち、かぶと、こいのぼり、ちまき、よもぎ、よるい」  
でした。

【おめでとう！5月号当選者】

澁谷侑吾さん（相原町）、須郷暁さん（境）、奥瀬忠さん（稲元）  
池田詩織さん（みどり町）、山谷一茶さん（境）



6月20日(土)、21日(日)は、道の駅つるた「鶴の里あるじゃ」で14周年祭が開催されるから、遊びに来てね♪



【シークワード5月号の解答】

か	し	わ	も	ち
ぶ	き	よ	く	ま
と	く	も	ろ	き
み	り	ぎ	ち	い
こ	い	の	ぼ	り

下の文字からタテ・ヨコ・ナナメにかくれている6月のキーワードを6つ見つけてね!!

か	え	る	あ	み
た	ら	お	じ	な
つ	ま	み	さ	づ
む	ゆ	き	い	き
り	ち	ち	の	ひ

## 応募方法

ハガキに答え、住所、氏名（未成年の方は保護者名も記入）、年齢と広報に対するご意見やご感想などを書き添え、総務課まちづくり班まで（あて先は最終ページに記載）お送りください（※7月3日まで必着）。正解者の中から抽選で、鶴の里あるじゃより好きなパンや大豆・米製品が買える「大豆・米加工施設商品券 500円分」と町より「つるりんグッズ」を5名さまにプレゼントします。

## みつば会 健康レシピ

だしのうま味を活用して塩分カット！

## 「だし活」始めてみませんか？

だしをとった後の煮干しや昆布も食べられるよ。

監修/鶴田町食生活改善推進協議会「みつば会」



だしをとるって、難しくて手間がかかると思っていますか？今回紹介するだしのとりかたは簡単です。いつもの汁物に使う水やお湯をだしに代えるだけで、いつもと違うワンランク上のお料理になります。だしのうま味で味付けすれば、無理なくおいしく減塩できて、生活習慣病の予防や食育にもつながります。

- 煮干しの水出し  
煮干し 10g（頭と内臓は取り除く）+水 500ml  
※冷蔵庫で1日置くと完成です。
- 昆布の水出し  
昆布 7g +水 500ml  
※冷蔵庫で1日置くと完成です。
- 簡単かつおだし  
急須などにかつお節を入れて、お湯を注いで1分待つだけ。茶こしを使うと後片付けも楽です。

### Q だし活とは？

→和食がユネスコ無形文化遺産に登録されたことから注目されている「だし」。このだしのうま味を活用して、減塩を推進する活動です。



△（左から）煮干しだし、昆布だし、かつおだし

# 広報文芸川柳コーナー

作 川柳鶴田吟社、鶴田短歌会、  
たらの芽文芸クラブ



## 川柳鶴田吟社五月旬会より

人生の匂をちよつぱり残してる

成田あき子

本棚にある若き日の染みの数

工藤りん子

マメコバチ願ひ託され飛び回る

下山ゆめ子

こつそりとながめた世間鬼が住み

竹浪むさし

金棒に気合いを入れる赤ら顔

下山よしのい

金よりも義理人情へ舵をきる

奈良二郎

柱のキズ五月五日の孫の声

笹森松三

スイセンの早咲き狙う受験生

笠嶋やすお

地方創生伸び悩む芽に水をやる

佐藤倫生

記念樹を植えて手袋ひと呼吸

菊地志樹

手の平に晒したくない皺がある

工藤まさひろ

## 鶴田短歌会五月作品

雪消えたさくら前線飛行機で

山谷向日葵

軒下の雪が解けてもまだ寒い真昼

奈良都

婆われと留守番役の三歳児気張り

山谷テル

過ぎたかさやすやすや眠る

葛西智恵

たまさかに載る吾が歌に朝いちば

友人の電話はエールとなりぬ

錆付きに効く葉なし老いし脳筋た

な知識入る余地なし

梯子上にきらりと光る鋸の剪定の

女は八十五歳

東風吹かば花体を解きて桜木よ人

の和める匂ひを起こせ

思うように動かめ足にいらだつも

庭の片付け出来て感謝す

柿崎三雄

心地よく傘寿の体動くなり富士見

湖畔の桜巡る日

藤田トシエ

棟方文雄

## たらの芽文芸クラブ五月作品

パソコンで色々調べて楽しいな

佐藤瑤子

電子辞書意味が出てくる楽しいな

三津谷和洋

お花見会少しで残念だ

川口健太

鶴田短歌会・たらの芽文芸クラ

ブ事務局

棟方文雄

〒038-3531

鶴田町大字木筒字下藤代63の1

TEL 0173(22) 5103



## 戸籍の窓

(5月31日現在：敬称略)

### お誕生おめでとう

町名	氏名	保護者
相原町	長尾 怜恩 (康彦)	
亀田	齊藤 大冨 (恵介)	
前中野	長内 陸翔 (隼人)	
相原町	三戸 莉蘭 (聡)	
あさひ町	木村 福玖 (高規)	
あさひ町	杉野森 悠那 (洋輔)	

### ご結婚おめでとう

町名	氏名	名
(後中野)	(棟方)	智基生
(板柳町)	(千葉)	沙生
(田中町)	(松山)	祐介
(五所川原市)	(對馬)	美咲
(大性)	(三浦)	明博
(五所川原市)	(小野)	志穂

### ごめい福を祈ります

町名	死亡者名	年齢
胡桃	館 成田 ふみ	85
胡桃	館 工藤 たに	90
沖	今 金光	77
稲元	三上 昭彦	51
田中町	秋庭 修	79
境	奈良 良子	62
富士見町	松山 正一	97
駅東町	笹森 ちや	90
大	巻 下山カツミ	94
木	筒 秋庭 一也	82
稲	川 笹森 せつ	87
鶴	泊 永澤 武雄	80
野	木 田澤 金市	92
田中町	瓜田 豊美	84
松	倉 八木橋カツエ	81
鷹ノ	尾 成田 廣	76
前中野	川村 キサ	81
亀	田坂本 榮之進	82
派	立 下山 シミ	90
公園通り	山田 平作	84

## 人の動き

5月31日現在 (前月比)

人口	13,703人 (-20人)
男	6,475人 (-7人)
女	7,228人 (-13人)
世帯	5,369 (-9)
出生	6人
転入	18人
婚姻	3組
転出	19人
死亡	25人

## 【有料広告】

※有料広告掲載を希望される企業・団体の皆さまは、総務課まちづくり班(内線264)までお問い合わせください(なお、広告の内容によっては掲載できない場合もあります)。

## 個別指導 学習塾 E・L・C

対象：中学生 数学・英語・理科・社会・国語 五教科対応

【例】週1回(2時間) 1か月3000円 (1時間1000円)

1・2年生は部活がない土曜・日曜がおすすり!

少人数で個別指導が可能なので、一人一人の苦手に対応して得意なところをどんどん伸ばしていくことができます。

TEL. 22-6539 (鶴田小学校裏) 希望の時間を相談に応じます。  
電話対応 午後4時以降 お気軽にお電話ください。