

# シークワードに挑戦



◎提供/道の駅つるた「鶴の里あるじゃ」

【2月号の答え】

「コウツウアンゼン」

(弥生画に使う穀物：ナタネ、ダイズ、アワ、クロマメ、アズキ、コメ)

【おめでとう！2月号当選者】

出町聖来さん（間山）、高橋花恵さん（西瀬良沢）、花田勢津子さん（野木）、花田てるさん（田中町）、坂本裕子さん（駅東町）

※多数のご応募ありがとうございました！今回当選されなかった皆さん、次回もぜひご応募ください！

【クイズの解き方】

下の文字から縦・横・斜めに隠れている外国の国の名前を6つ消していき、残った7文字を組み合わせた言葉が答えです。

イ	ケ	ト	ン	ガ
ア	ク	ニ	ヤ	ト
マ	メ	カ	ア	ル
リ	キ	リ	ケ	コ
ハ	イ	チ	カ	ア

【シークワード2月号の解答】



ア	ズ	キ	ツ	ア
コ	ダ	ン	ウ	ワ
ナ	ゼ	イ	コ	ン
タ	ウ	ア	ズ	メ
ネ	ク	ロ	マ	メ

## 応募方法

はがきに答え、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（※4月5日まで必着）。正解者の中から抽選で、鶴の里あるじゃより、あるじゃの全施設で使用可能な「お買い物券 1000 円分」と町より「つるりんグッズ」を5名様にプレゼントします。

ハサミで切り取ってお使いください。



おすすめ  
エコレシピ

もったいないから始めよう。エコライフ

## さかさまりんごケーキ

1人分：120kcal（塩分：0.7g）調理時間：約20分

普段捨てられがちな野菜くずや残り物を使った料理法のレシピを紹介する「おすすめエコレシピ」のコーナーです。

今回は、フライパンで簡単に作れる「さかさまりんごケーキ」をご紹介します。フライパンにりんごを並べ、生地を入れて焼くだけでおいしいりんごケーキを作ることができます。



### ◆作り方

- ①りんごは皮と芯を取って、くし型に切り、バターを溶かしたフライパンに入れ、ふたをして蒸し焼きにする。レーズンは熱湯に入れてさっと煮る。
- ②ボールに卵とスキムミルク、水を入れてよくかき混ぜて溶かし、バターとレモン汁を加える。
- ③ボールにホットケーキミックスを入れ、②のスキムミルク液を加えながら軽く混ぜ合わせる。
- ④①のりんごが柔らかくなったらレーズンと砂糖を加え、全体に絡める。
- ⑤④のフライパンに③の生地を一度に流し入れ、ふたをして弱火で表面に小さな泡が立つまで火を通す（串を刺して何もついてこなければ完成）。
- ⑥逆さまにひっくり返してお皿に盛りつける。



△さかさまりんごケーキ

### ◎材料（8人分）

- りんご …… 1個（250g）
- 卵 …… 1個（Lサイズ）
- バター …… 10g 砂糖 …… 15g
- レーズン …… 20g 水 …… 120ml
- レモン汁 …… 大さじ1
- スキムミルク …… 20g
- ホットケーキミックス …… 150g

# 広報文芸コーナー

作 川柳鶴田吟社、鶴田短歌会、たらの芽文芸クラブ



## 川柳鶴田吟社二月旬会より

弥陀の手に委ねる夫の誓約書

成田あき子

ふところが底をついてもまだはしこ

下山ゆめ子

底抜けに明るい嫁の涙壺

工藤りん子

料理にも少しあります隠し味

下山しよこ

どん底は上があるだけ希望あり

奈良二郎

古写真あの頃夢は光ってた

笠嶋やすお

安タマゴ産ニワトリは飼で見ろ

笹森松三

底にごす我が生きざまを悔いている

須藤こう

しゃぶつても溶けない飴を食わされる

佐藤倫生

すかすかの骨にも雪がのしかかる

寺田無垢

除雪あとペンギン型の歩き方

菊地志樹

頑張れで奈落の底に落とされる

工藤まさひろ

## 鶴田短歌会二月作品

朝起きて声を掛けれど遺影の妻い

つも変わらぬ微笑み返し

月永進

年はじめ朝あたらしく居間に在り

暖炉に火を入れ若水を汲む

三浦悦子

五センチも雪積もたれば東京は震

災のやうに大騒ぎする

永沢忠義

学童は一年生を守りつつ行列組ん

で吹雪道行く

葛西智恵

きつとあるきつと良い事今年こそ

そんな期待にはずむ新春

柴田節子

山海荘の湯舟に浸かるアルジャ友

楽しき話題に笑顔あふるる

奈良鉄子

目覚めたる朝一番に寒の水飲みて

老い身の一日生きなむ

柿崎三雄

わが家の危険物とは家族会ひ孫達

にも「ばあば」と言われ

山谷テル

雪掻けば隣りのアパの笑顔見へ

八十四歳の足力のこもる

沢田清作

冬野菜をこつこつ刻む妻の手の包

丁の音居間に聞こえる

棟方文雄

剪定の鉄の音を交しつつ夫と語ら

うりんごの花の芽

佐々木りえ

## たらの芽文芸クラブ二月作品

インフルがはやつてしまいつまん

ない

三津谷和洋

時にはね陽が射さない道もあるそ

れに負けては進めなくなる

松本恵菜

テストでね点数取るよ絶対

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

(2月届出分：敬称略)

### お誕生おめでとう

町名	氏名	保護者
桂井町	長内 氏	(直人)
仲町	我彦 氏	(秀成)
大性	田澤 氏	(美香)
桂井	山形 氏	(和也)
田中町	岩間 氏	(太郎)
田中町	岩間 氏	(太郎)

### ご結婚おめでとう

町名	氏名	氏名
(稲川)	(澁谷)	大規
五所川原市	石戸	谷未来

### ごめい福を祈ります

町名	死亡者名	年齢
相原町	新谷 幸子	77
亀田	成田 一美	63
桂井	高杉 伸	43
亀田	安田 利道	78
山道	一戸 昭榮	80
派立	太田 久一	88
鶴泊	永澤 勝義	83
米元	岩間 ひで	86
鷹ノ尾	後藤 正吉	69
前中野	長内 悦子	85
西瀬良沢	高橋 一二	85
鶴泊	福井 純吉	90
木筒	秋庭 かつゑ	70
稲川	加賀谷 繁治	91
稲川	長内 クニ	93
富士見町	對馬 實	79

## (人の動き)

2月28日現在 (前月比)
人口 13,394人 (-20人)
男 6,319人 (-9人)
女 7,075人 (-11人)
世帯 5,380 (-3)
出生 6人 転入 11人
婚姻 2組 転出 18人
死亡 19人

## 多重債務相談窓口のご案内について

東北財務局青森財務事務所では、多重債務相談窓口を設置しております。相談員が借金の状況等をお伺いし、必要に応じて、弁護士等の専門機関に引継ぎを行います。

相談は秘密厳守・無料です。お気軽にご相談ください。

### ■窓口および問い合わせ先

青森財務事務所 (青森市新町2の4の25 青森合同庁舎3階)

TEL: 017 (774) 6488

月～金曜日 (祝日・年末年始を除く)

午前8時30分～12時、午後1時～午後4時30分