

シークワードに挑戦



◎提供/道の駅つるた「鶴の里あるじゃ」

【6月号の答え】

「カンコウガイド」

(梅雨のキーワード：カサ、ナガグツ、アジサイ、カタツムリ、カエル)

【おめでとう！6月号当選者】

工藤明子さん（相原町）、八木橋キセさん（寺町）、成田温翔さん（菖蒲川）、ペンネーム「クレセリア」さん（沖）
ペンネーム「ジャガイモ小僧」さん（みどり町）

※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】

7月7日は七夕でしたね。下の文字から縦・横・斜めに隠れている、星座の名前を6つ消していき、残った8文字を組み合わせた言葉が答えです。

オ	ウ	イ	ル	カ
ン	ウ	ン	シ	オ
ヘ	ケ	シ	ソ	ヒ
ビ	ウ	ワ	ゴ	ツ
コ	グ	マ	シ	ジ

【シークワード6月号の解答】



カ	カ	ド	ウ	ア
タ	ナ	エ	ン	ジ
ツ	イ	ガ	ル	サ
ム	カ	コ	ク	イ
リ	ガ	サ	カ	ツ

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ご感想を書き添え、企画観光課まちづくり班まで（宛先は最終ページに記載）お送りください（※8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、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

ごはんのチーズせんべい

1人分：132kcal（塩分：0.5g）調理時間：約15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、残りごはんを使い、チーズや桜えび、ちりめんじゃこを加えたカルシウムたっぷりのおせんべいをご紹介します。

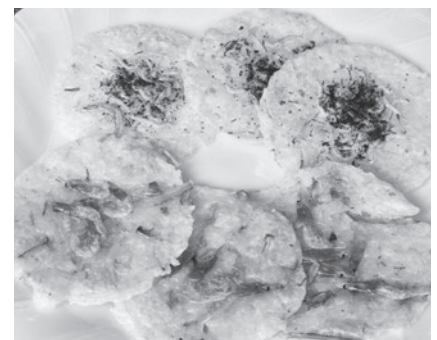


◆作り方

- ①ゴボウは1～1.5cmくらいの長さで薄切りにして、包丁の背でたたき水にさらす。
- ②ごはんとチーズを混ぜ合わせ2等分にする。1つにちりめんじゃこ、もう1つに①と桜えびを加え、それぞれ一口大に丸める。
- ③②をそれぞれラップに包み、丸く押し広げる。
- ④テフロン加工のフライパンで表面がカリッと香ばしくなるまで両面を焼く（電子レンジは表面約3分、裏面約1分）。
- ⑤ちりめんじゃこの方に青のりをふりかける。

★ポイント

電子レンジやトースターで焼いてもできますが、丸く広げるときの厚みによってカリッとしたり、もちっとしたりします。



△ごはんのチーズせんべい

◎材料（4人分）

ごはん …… 200g 桜えび …… 10g
細切りチーズ（ピザ用） …… 40g
ゴボウ …… 20g 青のり …… 少量
ちりめんじゃこ …… 10g

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



川柳鶴田吟社六月旬会より

盃に花びらひらり仲間入り

成田あき子

偶然の向こうの幸を探す日々

下山ゆめ子

間引きする根にも大きな夢がある

工藤りん子

定年後同期の桜花が散る

下山しよこえい

まだいっぱい言いたいことがある
生きる

佐藤倫生

散る先の精一杯の咲き誇り

須藤こう

散りぎわを大事にしたい我が命

奈良二郎

名声を捨てて路傍の石となる

寺田無垢

喜寿記念植えた桜に花の夢

菊地志樹

誤植した文字が素直に歩き出す

工藤まさひろ

鶴田短歌会六月作品

「今日は暑い」子らの言うのに夕暮れて鉢植え花に水をかけやる

葛西智恵

夕暮れに散歩に出でてふり向けば夕日もわれと歩みだすかな

月永進

「今日の天気は午前午後とも雨ゼロパーセント」笑顔の予報士

永沢忠義

ゆつくりと共防SS赤い新車花びら吹き上げ園地を進む

三浦悦子

旅人の鶴の舞橋渡り交ふお国言葉の訛り優しも

柿崎三雄

母の日にプレゼントにと息がくらし終活ノート如何に使うか

柴田節子

田の畔にゆつたり座り老い夫婦お茶を飲みおる至福な光景

榎方文雄

岩木山の裾に広がるりんご園つばみ赤らみ宝の山だ

沢田清作

テレビでの「何でも鑑定」何かないか我が家には長男三代いるのみ

奈良鉄子

花着けざり亡夫の植えし牡丹木よ昨年までは見事だったのに

山谷テル

時に父今日のお山は母のごと笑いて立てり孫らと芋植う

佐々木りえ

たらの芽文芸クラブ六月作品

運動会本気で走った最後の日

野呂瑤子

宿題ある面倒くさいがやりますよ

三津谷和洋

降り出した雨に紛れて一人泣く

松本恵菜

梅雨の時雷ゴロゴロ鳴り響く

松本恵菜

■鶴田短歌会・たらの芽文芸クラブ事務局

榎方文雄

〒038-3531

鶴田町大字木筒字下藤代63の1

TEL 0173 (22) 5103



戸籍の窓

(6月届出分：敬称略)

お誕生おめでとう

町名	氏名	保護者
みどり町	伊藤 柚花	(康太)
西瀬良沢	坂本 悠真	(裕喜)
松倉	三橋 莉花	(貴之)
田中町	葛西 ひかり	(浩平)
寺町	須藤 星空	(潤)
松倉	鈴木 悠生	(大貴)

ご結婚おめでとう

町名	氏名
(尾原 弘前市)	(高橋 佑丞 榎方 さゆり)
(つがる市 仲町)	(野崎 宏平 赤城 莉穂)

ごめい福を祈ります

町名	死亡者名	年齢
菖蒲川	工藤 弘一	63
胡桃館	伊藤 ミキ	93
派立	金山 はるえ	85
松倉	鈴木 貞二	81
桜町	三浦 英幸	67
公園通り	藤田 和子	61
境	須郷 功	86
駅東町	須藤 スエ	87
米元	西村 正城	90
山道	澁谷 ふじゑ	87
境	成田 蓉子	78
境	須郷 ツルエ	93
強巻	奥瀬 二郎	83

(人の動き)

6月30日現在 (前月比)
人口 13,301人 (-10人)
男 6,271人 (-7人)
女 7,030人 (-3人)
世帯 5,406 (+5)
出生 6人 転入 19人
婚姻 2組 転出 18人
死亡 17人

放送大学 10月生募集のお知らせ

放送大学では、平成29年度第2学期(10月入学)の学生を募集しています。放送大学はテレビ等の放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、幅広い分野を学べます。

●出願期間

平成29年9月20日(水)まで。資料を無料で差し上げます。

■問い合わせ・資料請求先

放送大学青森学習センター TEL: 0172 (38) 0500
八戸サテライトスペース TEL: 0178 (70) 1663

