

シークワードに挑戦

◎賞品提供／道の駅つるた「鶴の里あるじゃ」

【8月号の答え】

「ナツバテ」

(8月に咲く花：ブルメリア、スイレン、ダリア、ユリ、ヒマワリ、フヨウ)

【おめでとう！8月号当選者】

ペンネーム「ハム子」さん（寺町）、ペンネーム「寿寿」さん（田中町）、坪田久美子さん（みどり町）、山谷テルさん（境）、ペンネーム「シュシュ」さん（大性）

※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】

9月20日から26日は動物愛護週間です。下の文字から縦・横・斜めに隠れている、犬の種類を6つ消していき、残った5文字を組み合わせた言葉が答えです。

ボ	チ	ナ	ガ	ブ
ル	ヒ	ワ	バル	
ゾ	パ	グ	ワ	ド
イ	ン	ン	チ	ツ
シ	バイ	ヌ	グ	



【シークワード8月号の解答】

ブ	ル	メ	リ	ア
ス	ダ	リ	ア	ユ
イ	テ	ナ	リ	バ
レ	ヒ	マ	ワ	リ
ン	ツ	ウ	ヨ	フ

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（※10月1日まで必着）。正解者の中から抽選で鶴の里あるじゃから、あるじゃの全施設で使用可能な「お買い物券 1000 円分」と「つるりんエコバック」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。



食改
おすすめ
レシピ

地場産品を使ったおかず（副菜）

おからのカレー炒め

1人分：熱量127kcal 塩分0.78g 野菜量47g 調理時間：約15分

おからをカレー味にして食べてみませんか。おからには 100g 中に不溶性食物繊維が 11.1g（ごぼう 100g だと 3.4g）、カルシウム 81 mg（牛乳 100g だと 110 mg）が含まれています。たまに食べて欲しい食材です。ぜひお試しください。



◆作り方

- ①玉ねぎは5mm厚さの薄切り、にんじんは短冊切り、いんげんを斜め薄切りにする。ベーコンは1cm幅に切る。
- ②フライパンにおからを入れて火にかけ、中火で乾煎りする。全体にぱらっとしてきたら取り出す。
- ③空いたフライパンにオリーブ油とベーコンを入れてさっと炒める。玉ねぎ、にんじん、いんげんを加えて炒める。
- ④②を戻し入れ、③を加えて汁けがなくなるまで炒め煮にする。器に盛り付け、黒こしょうをふる。

★ポイント

カレー粉はだし汁で溶かしておくといいでしょう。



△おからのカレー炒め

◎材料（2人分）

生おから … 80g 玉ねぎ … 50g
 にんじん … 30g
 いんげん … 2本
 ベーコン … 20g
 オリーブ油 …… 小さじ 1
 黒こしょう …… 適量
 A
 カレー粉 …… 小さじ 1/2
 だし汁 …… 250ml
 しょう油 …… 小さじ 1

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



川柳鶴田吟社会員作品

それぞれの型にはまった屋根の下

主軸欠くナイン見上げる青い空

欠点が愛嬌にみえ共白髪

新月か月の満ち欠けロマンあり

前向きになれと元気をくれる友

坊が飛ばした帽子がまだ届かぬ

五体投地祈り続いている地球

名器かも知れぬ器の欠け具合

霧晴れて津軽の野にも早い秋

ハートのね次は星形さくらんぼ

阿部ひろゆき
送り絵眺めて寂し友の逝く

笠嶋やすお
窮屈な型をはずして旅支度

下山しよえい
型やぶり農作業して篤農家

奈良二郎
父の手はむかしの型を崩さない

佐藤倫生
前向きに歩く心で明日を待つ

菊地志樹
新型の枕に右往左往する

工藤まさひろ
工藤の枕に右往左往する

鶴田短歌会八月作品

植えもせぬ昨年の種が芽生えして
吾の好みしコスモス咲きぬ

奈良鉄子
軽トラにいつぱい積みたる夏野菜

露地栽培で賑わう夕市

中島文子
年齢を病む夫の入院長引きて愛で
ることなき向日葵の花

三浦悦子
からすうり窓に張りつき太陽の光
り遮るありがたきかな

沢田清作
汽車に乗り久々盆の里帰りはしや
ぎし子らと再なる私

山谷テル
はからずも「よいっしょ」の声共
に出て妻と笑って立ち上がりたり

榎方文雄
コロナ禍に疲弊した世に山鳩の変
わらぬ声に初夏の風吹く

柴田節子
おんぶ紐固く結べば思い出す六人
の子を育てたる日々

松山裕子
夜中まで意見が違へ纏まらぬ集会

所はタバコの脂よ

永沢忠義

たらの芽文芸クラブ8月作品

窓の外雨降り止んで繰り返し明日
の晴れを待ち望んでる

松本恵菜

雨降ってコテージ濡れるキャンプ
場

川口健太

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

(8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 泉 慎之助	(裕太)
菖蒲川 野宮なつ稀	(奈々子)
鶴泊 白石 琉夏	(貴仁)
大巻 笹森 奏良	(シメーカ・ヒロミ)
相原町 坂本 颯州	(隼人)
駅東町 佐藤 瑛心	(恭太)
山道 一戸 健志	(祐太郎)
沖 寺田 弥	(珠希)
駅前通り 山田 芽依	(俊)

ご結婚おめでとう

町名氏名	氏名
(胡桃館 秋田市)	(阿保 龍治 松田 優花)
(野木 中泊町)	(佐野 智也 菅原 穂香)

ごめい福を祈ります

町名	死亡者名	年齢
鶴泊	三浦 ミエ	83
新田	子 渋谷 のよ	81
稲川	高橋 保正	87
稲元	鎌田 きな	90
公園通り	花田 博實	80
境	成田 てる	94
沖	蒔苗 良弘	77
みどり町	山田長四郎	86
沖	小坂 つや	95
稲元	澁谷専次郎	87
大性	芹川 まつ	99
松倉	安田 トス	84

※この欄に載せたくない方は、届け出の際にぐらしの窓口班へ申し出てください。

(人の動き)

8月31日現在 (前月比)
人口 12,567 人 (- 4 人)
男 5,913 人 (- 1 人)
女 6,654 人 (- 3 人)
世帯 5,403 (+ 1)
出生 11 人 転入 17 人
婚姻 3 組 転出 17 人
死亡 15 人

【有料広告】

「Go to トラベルキャンペーン」どうぞご利用ください
「貸切だから安心な団体プラン」

1泊2食(宴会時間2時間：飲み物付き)

①15名様以上から全館貸し切り利用可能です！※無料送迎可

②宴会時カラオケ機、会議部屋等無料貸し出し致します！

通常料金 15～19名利用時お1人さま20,000円(シングルユース可)

20～29名利用時お1人さま15,000円(ツイン利用)

(税込) 30～45名利用時お1人さま13,000円(一部屋3名利用)

●キャンペーン期間中(3月15日まで)の限定案内です。●月・火はお休みです

黒石温泉郷 花禅の庄(かぜんのしょう)

ご予約・お問い合わせはTEL0172-54-8226へ
お電話の際に「貸切プランの案内を見た」とお伝えください！



広報つるたへの
有料広告掲載を
希望される皆さ
まは企画観光課
まちづくり班(内
線262)までお
問い合わせくだ
さい。