# シ

#### 今回は賞品が盛りだくさん !!

### 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」、(有)津軽ぶどう村、(株) 幡龍

·12月号の答え → 「オオソウジ」

(鍋の食材:ワラビ、ニンジン、ダイコン、フキ、ゴボウ、ゼンマイ)

#### 【おめでとう! 12月号当選者】

神山高汰さん(駅前通り)、五十嵐來夢さん(桜町)、永澤勝子さん(鶴泊)、成田真理 子さん(境)、ペンネーム「ろくきゅう」さん(胡桃舘)

#### オ ワ ラ ビ ダ 三 ン ジ ン イ ウ フ オ ソ コ キ ゴ ボ ウ ン ジ イ マ ン ゼ

【シークワード 12 月号の解答】

A FOREST

#### 【クイズの解き方】

下の文字から、縦・横・斜めに隠れている鶴田町 に関係のあるキーワードを6つ消してください。 **残った4文字を組み合わせた言葉が答えです。** 

ヤ	ル	ン	ブ	ア
ア	П	1	Y	サ
ル	Ļ	7	ツ	Ţ
ジ	リ	ツ	ガ	ハ
ヤ	~	ン	テ	ン

#### 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などを書き添え、企画観光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(※2月1日まで必着)。正解者の中から抽選で、下記の賞品をプレゼントします(賞品は選ぶことができません)。

- ・スチューベン大福(6個)引換券【鶴の里あるじゃ】→15名様
- ・スチューベンジュース「丹頂の微笑」 1 本(720ml)引換券 【(有) 津軽ぶどう村】→2名様
- ・幡龍 御食事券 1,000 円分【(株) 幡龍】→5名様

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 地場産品を使った料理/食生活改善推進協議会「みつば会」監修

#### 長芋の和風味噌グラタン

1人分:291kcal 塩分1.76g 野菜量55g 調理時間:約25分

長芋はすりおろして生で食べたり、みそ汁や煮物にして食べたり、青森県産のおいしい食材です。グラタンなのに味噌風味といういつもと違う食べ方を紹介します。たくさん出回るこの時期に、ぜひお試しください。



#### ◆作り方

- ①長芋は皮をむき、4cmの長さに切り、縦に6等分の拍子木切りにする。 水からゆで、火が通ったらザルにあげる。
- ②しめじはほぐし、長ねぎとアスパラガスは斜め薄切りにする。
- ③フライパンにバターを熱し、①の長芋、②のしめじと長ねぎとアスパラガスを軽く炒める。薄力粉を加えて、焦げないようによく炒める。小麦粉が透明になったら、牛乳を少しずつ加えて溶きのばし、味噌と砂糖を加えてよく混ぜる。トロミがついたら火を止める。
- ④グラタン皿に薄くサラダ油を塗り、③を入れ、Aをふりかけ、トースターで焼き色が付くまで焼く。

#### ★ポイント

アスパラガスの代わりに、ホウレンソウやにんじん、ブロッコリーなどでも色よく仕上がります。牛乳を入れるときはダマにならないように、丁寧に溶きのばすと良いでしょう。



△長芋の和風味噌グラタン

#### ◎材料(4人分)

長芋 …… 350g しめじ …… 1 パック 長ねぎ ……… 120a

アスパラガス … 4本 サラダ油 …… 大さじ 3

★味噌ソース

バター … 20g 薄力粉 … 大さじ3 牛乳 … 300ml 味噌 …… 大さじ2 砂糖 ……… 大さじ1

#### ★ A

ピザ用チーズ … 60g パルメザンチーズ … 大さじ 1

(12月届出分:敬称略)

 $\mathcal{O}$ 

#### お誕生おめでとう

氏 名 保護者 町 名 律 成田 (大貴) 寺 町 理亡 三浦 鶴 泊 (仁)

#### ごめい福を祈ります

町 名 死亡者名 年齢 西瀬良沢 金萢きぬゑ 91 澁谷 サヨ 田 90 みどり町 佐藤 正行 66 前中野 川村キミヱ 92 出町 山 ユリ 104 駅東町 濱舘 チヱ 93 富士見町 本郷 昇 74 相原町 成田美はる 66 稲 Ш 貴田 得次 95 Ш 道 菊地 佐市 95 立 渋谷 廣光 69 胡桃舘 工藤 銀藏 84 川村 後中野 哲 95 駅前通り 坂本 清治 88

※この欄に載せたくない方は、 届け出の際にくらしの窓口 班へ申し出てください。

※住民票や戸籍証明書の発行、 戸籍の届け出の際には、本 人確認が必要です。窓口に お越しの際は、運転免許証、 マイナンバーカードなどの 写真付きの本人確認できる ものを忘れずにお持ちくだ さるようお願いします。

#### 【人の動き

12月31日現在(前月比) 人口 12,499 人 ( - 23 人) 男 5,872人(-8人) 女 6,627人(-15人) 5,411 (+4) 世帯 出生 2人 転入 7人 0組 転出 16 人 婚姻 死亡 16人

老いて今仲間と会える憩いの場 |柳鶴田吟社会員作品

芸

作

柳鶴田吟社、

鶴

友人とランチで至福かみしめる 久しぶり踊り本番無観客 齊藤けん子 下山ゆめ子

ミッション成功「リュウグウ」から ステイホーム漬物石になっている 田中 薫

工藤りん子

老いて知る普通に暮らすありがたさ 成田あき子 村主水 寒い日はアベノマスクが丁度よい 佐 藤 倫 生接客は避けてのどかな森の中 知 持ち上げて手触りで知る石の価値 香 田 龍 馬 キッチンが似合う男になりました らぬ間に父母から学ぶ生きる道 阿部ひろゆき

駆け抜けて母屋の庇借りている 地 志 樹

る生活に退屈な古稀コロナ禍に絆されたいま三密避け

歓楽街高い月謝で世を学ぶ

松 Ξ

**卜山しょうえい** 

丹頂が新年祝い子ツル舞う

工藤まさひろ

畄

短歌会十二月作品

どん底に落ちて学んだ人の愛

する宝くじでも当たった心地 老いの身はりんご捥ぎ終えほっと 永 沢 忠 義

がな追う目きらきら光る四歳の孫がカルタで覚えたるひら二 浦 悦 子 寒立馬やさしい目コして松かげに メゴメゴ頬よせ鶴田ガラ来タノ

九十二歳生きているうちは使いた い細りし足が妙に気になる 一千体の地蔵尊の中にひつっそり 中 谷 島 文子 テ ル

と赤ん坊抱ける地蔵と目が合う Щ 子

エッセーと短歌採られて心地よい 良鉄 子

笠嶋やすお

方文雄

雪の色暖かい色に見えた時あの人

の顔が静かに浮かぶ

年老い暮らし世に授かりき

奈

良二郎

クリスマス今年どうなるサンタさん Ш 松 口 本

健

恵

|鶴田短歌会・たらの芽文芸クラ 棟方 鶴田町大字木筒字下藤代63 TEL 0173 (22) 5103 T038-3531 ブ 事務局 文雄

使用期限

2月28日

田短歌会、たらの芽文芸クラブ

# たらの芽文芸クラブ十二月作品

## 商品券は期限内にお使いください

冬の夕日がきれいで目に焼き付く

本

三津谷和洋

の景色はアスファルトなり 冬となり白き景色を浮かべても外

11月に町内全世帯へ郵送い たしました「がんばれ鶴田応援 商品券」の使用期限は

2月28日(日)です。

期限内にご利用ください。 期限を過ぎると無効になりま す。



■問い合わせ先 企画観光課 観光班 (内線264・265)