

ちよつと楽しいお話

中司愛子(植野)

◎老人が若い人と同じような体力づくりは無理です。老人は夜、布団の上で座って腕を回す、首を回す、胸を後ろに、また前かがみにするを繰り返します。そして子供のように、結んで開いて手を打って結んでを力強く手を振りながらやります。握る、開くを強く。若い人と同じようなジョギングなどは考え物です。

◎寒い日はマフラーが欲しくなります。首の回りに落ち着かせるために、小さい安全ピンで服の後ろの首の所へ留めます。するする動かさずマフラーを美しく使えます。

◎レースのカーテンは、いつも白くきれいと思つたら間違いで、網袋へ入れて洗つてみるとびっくり

するほど汚れています。ときどき洗つて真っ白なカーテンで気持ちよく過ごしたいと思います。

◎少人数や独り暮らしでも簡単に出来る白菜漬は、四つ割にした白菜の葉の間に塩を振り入れ、大きなビニール袋に入れて口をゴムひもで堅く縛り、ごろごろと手でもんでその後、少しおもしろしを掛けておくと思われれます。

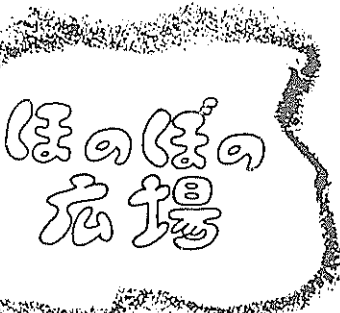
◎しようにゆにゴマ油を少量入れよく振つて、湯豆腐にかけてもお漬物にかけてもおいしいものです。

◎しその実が出来始めました。塩漬けにしておいて天ぶらの衣に刻んで入れると、香りがよくて楽しみです。

◎くず湯はおいしく作れば寒い夜

『ほのぼの広場』に、あなたの身の回りのほのぼのとした話題や我が家の自慢料理、読書の感想など、お気軽にご投稿ください。

▼投稿先・〒783 南国市大浦甲三〇一 南国市役所内広報委員会まで。



にいいものです。吉野くずを少しコーヒークップに入れて、少しの水で溶いて熱湯を入れ、とろりと混ぜたらハニーマインを少し入れるかママレードを少し入れて食べるというし、また、しょうがのすりおろしと砂糖を入れてもよろしい。

て早いと笑うでしょうが、生の物以外で入用の物は、十一月中旬までに買っておくと少しお得です。お掃除も少しずつ予定を立ててやっていくと、年末にバタバタ、イライラすることが少なくなります。

◎秋の夜長になりました。読書に親しみましょう。よい本は心の栄養になります。

図書館だより

新刊案内

【一般図書】

サラダ記念日(張万智)▼中国、四国道路地図帳(ナバー出版)▼極道の恩返し(安部謙二)▼短歌用語辞典(司代隆三)▼ひとり旅(一人芝居(渡辺美佐子))▼ミッシェン(ロバート・ボルト)▼くらしの一分メモ(NHKくらしの一分メモ制作グループ編)▼超電導革命(牧野昇)▼画家たちの原風景(堀尾真紀子)▼男の選択(金森久雄)▼NHK大河第五巻(NHK取材班)▼岩波六法全書(岩波書店)▼聞き書・福井の食事(小林一男)▼草木染・糸染の基本(山崎青樹)▼別れぬ理由(渡辺淳一)▼ウホッホ探検隊(平刈あがた)▼我流(高井有二)▼現代日本児

童文学への視点(古田足目)▼小

六法昭和62年度版(有斐閣)▼地

方の王国(高島通敏)▼自我の構

図(三浦綾子)▼マンガラ紀行(森

敦)▼モナドは窓がない(田中小

実昌)▼駅(森村誠一)

【児童図書】

だれがコロンブスを発見したか、そしてだれも笑わなくなった、うそだといつてよびり、ゴッドファザーは手持ちぶさた(アトバツクワールド)▼ラズムスクン英雄になる(リンドグリーン)▼とびだせぶーた(鶴見正夫)▼おほしさまにたんぼばをうえてあげましょう(岡村登久子)▼きんいろのこびととぎんいろのこびと(田中利光)▼ねずみのいもほり(山下明生)▼ゆきぐにのこじか(天石真)▼プカとピチ(片岡輝)▼おばあさんとこぶたのぶうぶう(与田準一)▼島(さねとうあきり)



ご家庭で話し合つて答えてください。答えはこの広報に出ています。

▼もんだい・南国市〇〇大会が十月十一日、市民体育館で開かれました。

▼しめきり・11月15日

▼あて先・〒783 南国市大浦甲三〇一 南国市役所内広報委員会親子クイズ係

▼答えのハガキには必ず、住所、氏名、年齢、職業を書いてください。

▼賞品・正解者のなかから抽選で五人に図書券を進呈。

第187回当選者発表(敬称略)

(応募総数40通)

▼答え・11月二十日

▼当選者

井上あき子(植生)
小崎富美(篠原)
竹村正夫(植田)
上元節子(大浦)
松岡皐月(東崎)