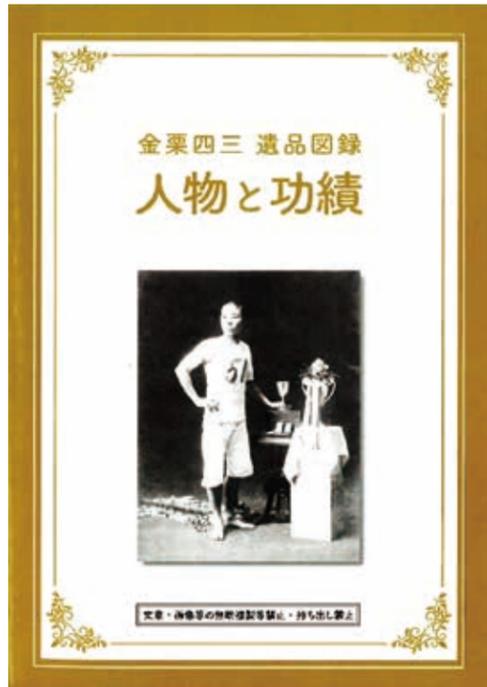


金栗四三遺品図録「人物と功績」が閲覧できます

☎ 社会教育課 文化係
☎0968・34・3047



和水町、玉名市及び南関町に保管されている金栗先生の1,000点を超える遺品を取りまとめた『金栗四三遺品図録「人物と功績」』が完成しました。本図録は、荒尾・玉名地域の図書館などに配置され、一般の人も広くご覧いただけます。和水町では、三加和公民館と中央公民館の図書コーナーに設置しました（貸し出しはできません）。

日本の草創期の陸上の発展に大きく貢献した金栗先生の遺品は、オリンピックに関連するものだけでなく、写真や手紙、愛用品などの一つひとつから、金栗先生の生涯を知ることができる貴重な資料です。公民館にお立ち寄りの際は、是非手に取ってご覧ください。

- ※図録の内容は、無断複製及び持ち出し禁止です。
- ※掲載写真などの借用及び使用については、図録内に記載した所蔵施設にお問い合わせください。
- ※営利目的での使用はできません。

旬のものを簡単アレンジ 「たっぷり野菜の中華丼」

☎ 健康福祉課 保健予防係
☎0968・86・5724



【材料（4人分量）】

- 豚肉……………240g
- キャベツ……………320g
- 人参……………120g
- しいたけ……………120g
- うずらの卵（水煮）……………8個
- にら……………40g
- 片栗粉……………小さじ6
- サラダ油……………大さじ2
- 酒……………大さじ2と1/2
- しょうゆ……………小さじ2
- 砂糖……………小さじ2
- 鶏がらスープの素（顆粒）……………10g
- すりおろし生姜……………12g
- 水……………400cc
- ごはん……………480g

【作り方】

- ① キャベツは一口大のそぎ切りにし、人参は1cmの短冊切り、しいたけは0.5cm幅、にらは2cm長さに切ります。
- ② Aの調味料を合わせておきます。
- ③ フライパンに油を引いて、豚肉、キャベツ、人参の順に加え炒め合わせ、ある程度炒めたらしいたけを入れて炒め合わせます。
- ④ ③に②を加えて、中火で約5分煮ます。
- ⑤ ④に、にらとうずらの卵を加えます。
- ⑥ ⑤に倍量の水で溶いた片栗粉を加えてとろみをつけます。
- ⑦ 器にご飯を盛り、⑥を載せたら出来上がりです。

ひとくちメモ&栄養コメント

一つの器で、たんぱく質・ビタミンとバランスよく取れ、調理する時間も短く暑さ厳しい時には重宝される一品です。

文芸広場

かなしき原俳句会
誰ぞ来て秋立つ風と家に入る 明
逆縁に残れし姉の盆の月 しん子
露わなるダム湖の側面大早 康子
母を越すもの何もなし南瓜煮る 弘子
友と食む呼子の烏賊の刺身かな 誠一
襦袢替へ眠れる嬰や青田風 貞子

肥後狂句
入院して 平凡な日のありがたさ 井上りんどう
入院して 看護師さんは女神です 瀬上 歌子
入院して 家族の絆ありがたさ 池田 茜
うつつうしい マスクいらん日早よこんか 高木せいや
うつつうしい 婆の趣味まで取るコロナ 福永すみれ
オリンピック さすが柔道お家芸 二瀬 桔梗
オリンピック 歴史に残る無観客 石原かわせみ
オリンピック 背負う重圧今日限り 庄山 道草



和水町公民館図書室だより

☎ 中央公民館図書室 ☎0968・86・2022
☎ 三加和公民館図書室 ☎0968・34・3047

開館午前9時～午後10時（年末年始除く。） 1回につき1人5冊まで、2週間借りることができます。

コロナ禍での東京オリンピック・パラリンピックの開催により、多様な観点から様々な議論がなされました。オリンピック・パラリンピックの意義は、スポーツを通して文化や国籍などの違いを越え、平和でより良い世界を目指すことです。今回は「国と平和」をテーマに選んでみました。



「難民選手団 オリンピックを目指した7人のストーリー」

著者：国連UNHCR協会監修
株式会社：KADOKAWA
2016年のリオオリンピックで初めて結成された「難民選手団」。東京オリンピックにも出場しました。「難民選手団」は、紛争や迫害により故郷を追われた難民アスリートによって構成され、その活躍は世界中に勇気と希望をもたらし、故郷を追われた人々の人生再建にもつながる『スポーツの力』を伝えます。読めばきっと勇気もらえる、本当にあった物語です。



「カカ・ムラド ーナカムラのおじさん」

著者：ガフワラ
株式会社：双葉社
国を越えて、そこに暮らす「人々」のために生涯をかけて活動された中村医師。本書は、その功績を後世に伝えるために、現地で刊行された2冊の絵本がもとになっています。「アフガニスタンの子どもたちにとってのヒーローといえば、国を守るために戦った人たちだけ、次の世代を担う子どもたちにとって、中村哲先生のような人が新しいヒーローになってもらいたい」…そんな思いが込められた本です。