

おそらごい
ヒント

25

中国風ハンバーグ

表面を焼いたハンバーグを、スープで煮て、煮汁にとろみをつけて上からかけます。

豚ひき肉を三百グラム。なるべく脂が少ない所を選びます。この中に卵一個、細ネギ半分のみじん切り、ショウガのみじん切り大さじ一、しょうゆ大さじ一、水大さじ二、かたくり粉大さじ二を加えて、よく混ぜ合わせま

す。別に木綿豆腐一丁を熱湯を通してふきんに包み、固く絞って、冷ましてから、肉に加えてよく混ぜ合わせます。これを十二個に分け、だ円形に丸めます。

フライパンに大さじ二、三杯の油を熱し、丸めた肉を入れ、表面に焼き色がついて、くずれない程まで、表面を焼きます。煮込むので、中に火が通らなくてもかまいません。全部を同じように焼いて、引きあげておきます。フライパンの油を捨て、ここに水一カップ、しょうゆ大さじ一、砂糖小さじ二を煮立て、

焼いたハンバーグを戻し、静かに約十五分ほど煮ます。肉を引きあげて、煮汁に小さじ二のかたくり粉を大さじ一の水でといて入れ、濃度をつけてから、ショウガ汁少々を絞り入れます。

盛りつけたハンバーグの上にソースをかけ、つけ合わせには、強火でいためたホウレン草を添えます。(約四十分・四人前)

慶
弔

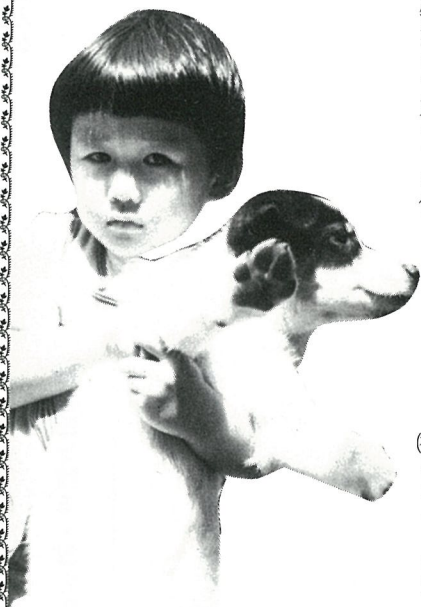
九月十五日現在受付 (敬称略)
◎こんにちは赤ちゃん (受付順)

◎おくやみ申し上げます

部 落 出生 赤ちゃん 父親 母親
尾垂六区 % 伊藤 友美 浩 智子
古屋 % 石川真梨子 伸 典子
小川台 % 林 里奈 孝信 光枝
橋 場 % 大木 綾乃 孝夫 かおる
新 井 % 土井 由利 輝雄 教子
作間内 % 戸張 夏実 道明 政子

部 落 死亡 氏 名 性別 年齢
傍 示 戸 % 斎藤 みつ 女 52 歳
宮 内 % 鈴木マサヨ 女 69 歳
橋 場 % 椎名 はな 女 85 歳
小 田 部 % 佐久間隆譽 男 75 歳
木 戸 % 藤山 とわ 女 87 歳
二 又 % 川島 チカ 女 65 歳

わが家の
プリンス・プリンセス



本を読んだり、文字を書くのが好きな伸充君は、十二月の誕生日で満四歳。
おばあちゃんと一緒にカルタ取りをやると、伸充君の方がたくさん取るとか……
毎日、「アン」と「コロ」の二匹の小犬と遊ぶのが日課のようです。動物好きで頼もしい伸

充君は、とてもやさしい心の持ち主です。
昭和五十五年十二月二日生まれ
五ノ神 椎名 紘さん 長男
わが家のプリンス・プリンセスを募集しております。
広報係までお寄せください。
☎④11042
(有)214-01



八月の交通事故

(8月1日～8月31日までの件数)

地区	件名	事故件数	死者	負傷者	物件事故
計		3	1	6	6
白 浜		2	1	5	1
東 陽		1	0	1	2
南 条		0	0	0	1
日 吉		0	0	0	2

事故防止にご協力をお願いします。

表紙は語る

ガラス越しの陽射しには、オレンジ色の柔らかなさがこもっています。
そんな中、白衣に身をまとった寮母さんの立ち働く姿が目に入ります。

ここ、光楽園老人ホームには六十歳以上の一人暮らしの方、常に介護を必要とする方九十人が生活しています。

一人の寮母さんが話してくれました。

「毎日部屋を訪ねるのを楽しみに待っていてくれるんですよ。この仕事は何より解け込むことが大切です」……

今、寮母さんはお年寄りにとってかけがえのない人、時には母として、娘として……

編集後記

秋の取り入れも終わり、ほっと一息しているのではないのでしょうか。秋風の吹くこの時季、夏の間の疲れが、一気に出るものです。バランスのとれた栄養と十分な睡眠に心がけてください。

いかがでしたか、子どもたちの運動会、元気いっぱいがんばった姿が目に見えます。

そして十月十日は町民体育祭です。皆さんで参加し盛りあげてください。晴れるといいですね。……