

# おそくぞいのヒント

(26)

## 魚のレモンあんかけ

そぎ切りにした白身魚を揚げ、トマト色の甘酸っぱいあんをかけるきれいな料理です。

白身魚を正味三〇〇㌘。七㍈厚さのそぎ切りにし、ショウガ汁少々、酒大さじ半分、塩小さじ半分をかけて五分ほどおきます。

卵白一個に塩少々を加えてよ

くまぜ、魚にからませ、片栗粉をつけて、油であまり色がつかないように揚げます。

小なべにスープ半カップ、砂糖大さじ一強、トマトケチャップ大さじ一弱、塩小さじ三分の一、ゴマ油少々、コシヨウ、片栗粉小さじ二を合わせ、しゃもじでまぜながら煮立て、レモン汁三分の一個分を加えます。レタス六枚を細めに切り、サラダ油大さじ一でさつといため、塩少々して皿にしき、揚げた魚を盛って、とろりとあんをかけます。(約二十五分・四人前)

## わが家のフリンズ・フリンカス



十二月の誕生日で満二歳になる友恵ちゃんはいつもおばあちやんと一緒。

テレビ漫画と歌が大好き、という友恵ちゃんはさすがリズム感はずバツグンです。メロディーに合わせて体を動かす。その姿はあどけなくなんとも言えません。

食べものは嫌いなものは何もないとか……

昭和五十七年十二月十日生れ  
古屋 大木 薫さん 長女  
わが家のフリンズ・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。

☎④ 1 0 4 2  
(番) 2 1 4 5 0 1

## 住民の窓口

十月十五日現在受付 (敬称略)

(受付順)

部落	出生月日	赤ちゃん	父親	母親
関	12/12	市原久美子	成一	恵子
尾垂六区	12/12	伊藤 仁美	俊正	秀子
尾垂六区	12/21	伊藤 淳美	厚	幸子
橋場	12/14	布施 綾子	浩	享子
入	12/19	行木 朋子	栄一	好子
宝米	12/18	土屋 健二	幸夫	恵子
篠本三区	12/21	加瀬 智幸	幸男	行子
橋場	12/25	鈴木 雄太	幹夫	照代
辻	12/26	小川 晃央	秀雄	佐智子
橋場	12/24	和氣万里奈	芳夫	恵子
白磯	12/28	川野 章	文雄	英子
関	12/3	實川 聡美	豊治	利子
尾垂六区	12/12	岩澤 宏美	薫	幸恵

◎いつまでもお幸せに

部落 夫 妻

部落	死亡月日	氏名	性別	年齢
傍示戸	12/20	戸村 三郎	男	76歳
小田部	12/23	土屋喜代子	女	59歳
関	12/25	渡辺 よし	女	80歳
宮内	12/26	鶴澤市五郎	男	71歳
宝米	12/30	加瀬龍三郎	男	79歳
長塚	12/10	伊橋 三郎	男	71歳
桑郷	12/14	小林 とめ	女	75歳

◎おくやみ申し上げます



## 九月の交通事故

(9月1日～9月30日までの件数)

計	地区				事件名
	白浜	東陽	南条	日吉	
2	0	1	0	1	事故件数
0	0	0	0	0	死者
5	0	4	0	1	負傷者
4	0	2	2	0	物件事故

事故防止にご協力を…………

## 表紙は語る

篠本二区の行方敏道さんは、健康のみなもとともいえる、タンパク質豊富な牛乳を各家庭にとどけています。

まだ、夜の明けない午前五時、車にいったばいの牛乳を積んででかけます。一日おきに五五〇本

ほどの牛乳を配るのに五〇kmの道のりに係る時間は五時間とか、「今までは良かったが、これからは大変ですよ。でも、自分の健康のために続く限りがんばります。」と話してくれました。

## 編集後記

猛暑だった夏も去り、いつしか秋もすっかり深まってしまいましたね。町民が一同にかえりおもしろい運動会、いかがでしたか、いい汗を流したことでしよう。

いつもだと二回や三回は心配する台風も今年はおこなってよかったですね。夜などそろそろ暖房がこいしくなるこの時季、火の元には十分注意をしてください。

## 町の人口・世帯数

<10月1日現在>

人口	男	5,822 (+12)
	女	6,032 (+10)
	計	11,854 (+22)
世帯数		2,926 (+8)