



かんたん  
箸休め

## 「オレンジきんとん」

### ●材料(12個分)

さつまいも・・・正味400g  
レーズン・・・大さじ1  
砂糖・・・大さじ1強  
みかん果汁・・・120cc

### ●作り方

- ① さつまいもは皮をむき、ひと口大に切る。
- ② ひたひたの水で煮て、水気を切る。
- ③ レーズンは、ぬるま湯でもどし、水気を切る。
- ④ ②にみかん果汁と砂糖を加え、つぶしながら煮、レーズンを加えて水気をとばす。
- ⑤ ラップなどで茶巾にしぼる。

※レーズンはお好みで。  
甘さ控えめのきんとんです。

### むつみ歌会【岩城】

物忘れいじめるしき吾のすらすらと  
般若心経けさも唱ふる  
宮本佳世子

バスを待つ保健センターより見上ぐ  
れば空にくつきり飛行雲伸ぶ  
森本 和佳

通草採り競ひし友の散華せし異国  
の土に七十年過ぐる  
白石 勇



県体の予選通過す孫の言ふ「じい  
ちゃん居たら喜ぶのにね」  
西本 優子

町よりの敬老祝ひの記念品有難き  
かなまず仏前に  
山元 征子

### 魚島俳歌柳会【魚島】

・魚島のひょうたん島が待っている  
ぼつんと浮かび釣人待てり  
大林 正憲

・コロナ禍でストレス太り膝に来る  
一日の笑顔に感謝明日もまた  
横井里津子

・満月の明かりを借りし散歩かな  
病床で流れゆく雲見て作句  
能地 典子

・刻をかけゆつくり落ちて砂時計  
家近く野菜畑は荒れ放題  
菜園守れししから守れ  
松原 妙子

・八十路過ぎこれから私修行旅  
瀬戸内の宝庫魚島吉田磯  
沈没場所には今も鯛寄る  
松原 弥一

・気がかりな友の音沙汰時雨かな  
お互いに朝日に目覚めご挨拶  
田作 京子

## 語学勉強を日記から By Liam Kiraly

英会話教室

弓削 月 19:30 ~ 弓削地域交流センター  
生名 月 9:00 ~ 3分団集会所  
岩城 木 20:00 ~ 岩城総合支所庁舎  
魚島 火 19:30 ~ 魚島開発総合センター

近ごろ、県立弓削高等学校の生徒と先生が英語で日記 (Journal / ジャーナル) を書いています。私と英語の先生が、彼らの日記を添削するだけではなく、お互いの気持ちのやり取りもしています。彼らが英語を話す時に、日記に書いた英語を思い出して使っています。それは英語だけではなく、どの言語でも言えることです。これから私も、日本語で日記を書くことを始めようと思っています。

外国語を上手に使うためには二つの大切なことがあります。それは話すことと書くことです。読むことと聞くこ

とも大切ではと思われるかもしれませんが、読むことと聞くことよりも、書くことと話すことの方が言語を使う力に繋がると感じています。

例えば、テレビを見ていて急に聞いたことのある英語が出てきて意味は大方理解できても、どのようにして使うかが分からないことが有るかもしれません。

話すことや書くことにより、外国語を使うことで上手になるということです。外国語を学びたい人は、ぜひ日記を書いてみてください。



今月の担当 ALT  
キラリー・リウム・イーサン (魚島)

## わたしの 上島旅

ー 第22回 ー  
今月の旅人



平田 千都さん  
看護師 弓削在住

私は今年の春、夫と一緒に上島町へ移住しました。夫は上島町の島おこし協力隊として勤務しています。

上島町に来る前、私たちは沖縄に住んでいたことがあります。上島町の島々と比べると沖縄本島は大きくて、泳ぐことのできる海に出るまで1時間近くかかっていました。上島町に移れば海が近くなるはず、と楽しみにして移住しました。

願いが叶って、今は家の前がすぐに海で毎日、海を眺めて過ごしています。光と波の表情を刻々と変化させる瀬戸内の海は、穏やかで美しく、眺めていて飽きることがありません。

私は物を作ることが大好きなのですが、海を眺めていると、その美しさを何かで表現できないかと、創作意欲が湧いてきます。

シーカヤック、釣り、釣った魚の燻製、海岸でのヨガと、ここでやりたいことが、どんどん増えています。

私は、上島町に来るまで産婦人科で長く働いていました。今の職場の海光園は、町営の特別養護老人ホームです。養護老人ホームで働くのは初めてだったので、毎日が緊張と戸惑いの連続でしたが、少しずつ職場の上司や同僚、そして入所・利用されている方々から、学ばせていただけてきました。家の近所、そして私と夫の職場から、少しずつ顔見知りとなっていただけの方の数が増えていき、私たち夫婦も参加できるような島の人たちとの関係が、次々に繋がりがつあります。

将来いつか、上島町の島と島、そして島と島の外とをつなぐ宿を開業できればいいなと、夫と話し合っています。