






今月号の表紙

4月1日に開かれた、「瀬戸さくらウォーク」(志柿町)での1コマ。参加者150人は、満開に咲き誇った桜と瀬戸金比羅宮からの絶景を楽しみました。

編集後記 **あとぜき**

 4月から広報の担当となり、緊張の毎日です。先日、小学校の入学式に出席し、緊張しているわが子のようにを見て、自分と重ねてしまいました。新鮮な気持ちを忘れず、市の情報をすばやくお伝えできるようにがんばります。【剣】

 新たに『剣』さんが仲間に入り、今号から紙面もリニューアルし心機一転。ただ、この2年間“凡”さんと“素”さんに頼りきりだった私。今回“凡”さんが異動され、不安な気持ちでいっぱいですが、ひとり立ちを目標にがんばるぞ!【海】

 『あとぜきの方言番長』こと“凡”係長が、ついに異動されました。悲しみと不安に包まれる私…。それでも、「腕におぼえあり」の“剣”係長を新たにお迎えし、“海”さんと一致団結してがんばります!どうぞよろしくお願いいたします。【素】



【編集・発行】  
熊本県天草市役所  
総務部秘書課広報広聴係  
〒863-8631 天草市東浜町8番1号  
TEL 0969-23-1111  
FAX 0969-22-7016  
URL <http://www.city.amakusa.kumamoto.jp/>  
E-mail [hisyoka@city.amakusa.lg.jp](mailto:hisyoka@city.amakusa.lg.jp)

「市政だより天草」は再生紙を使用しています。

天草印  
**農林水産物**

Vol.1  
**アオリイカ**  
(ミズイカ)



イカの中でもっとも美味とされています。4～6月が旬のひとつで、この時期は大型で肉厚なのが特徴です。

また、釣りの対象としても人気。このイカを狙って天草を訪れる人も多くいます。



手軽においしく

**ささっと**  
**レシピ**

**玉ねぎの梅おかかあえ**

新玉ねぎがおいしい季節になりました。玉ねぎは血液をサラサラにしてくれます。ぜひ、ご家庭でお試してください。

●材料・分量 (約4人分)

- 玉ねぎ …………… 400g    めんつゆ …………… 大さじ4
- 梅干し …………… 10g    酢 …………… 大さじ4
- かつお節 …………… 8g    貝割れ菜 …………… 1パック

●作り方

- ①玉ねぎは薄切りにして、水にさらしてもむ。その後、しっかり水気を絞っておく。
- ②めんつゆ、酢、たたいた梅干しを混ぜ合わせ、①を入れる。
- ③根元を切り半分の長さにした貝割れ菜と、かつお節を入れて混ぜ合わせる。

提供：市食生活改善推進員協議会