



今月号の表紙

新和町の小宮地保育所（全園児58人）で12月13日、もちつきが行われました。園児たちは、きねを使って“ぺったんぺったん”と笑顔で元気にもちをついていました。

編集後記 **あとぜき**

 謹賀新年。広報係になって初めての新年を迎えます。2～3ページに日の出の写真を掲載していますが、天草市の光となるような広報紙づくりを目指して、今年もがんばります。今年が皆さんにとって良い1年でありますように。【剣】

 明けましておめでとうございます。新年の抱負を考えました。巳年ということで、脱皮を繰り返しながら成長をしていけるように、新しいことにチャレンジする。なにごとにも“当たって砕けろ”精神で1年いこうと思います。【海】

 新年おめでとうございます。今年の干支は“巳”。国語辞典には、巳は「へみ（蛇）の略という」とありました。そこで、この1年の私。長いものにはどンドングルグル巻かれていこうと思います。身動きがとれる程度に…ですけど。【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)

天草印  
**農林水産物**

Vol.9

ぶり



出世魚として知られているブリは、お正月の食卓を飾る縁起物として人気があります。天草では年間を通して漁獲があり、養殖も盛んです。“寒ブリ”といわれるように、身に脂が乗る冬の時期が旬とされています。



手軽においしく

ささっと  
レシピ

**ほうれん草のわさびマヨネーズあえ**

ほうれん草の葉をしっかりほぐすことで、味のバラつきもなく、水気も切りやすいです。練りわさびの量はお好みで。また、わさびをからしに替えてもおいしいです。

●材料・分量（約4人分）

ほうれん草……………	250 g	マヨネーズ… 大さじ2杯弱 練りわさび… 小さじ1/2杯 濃口しょうゆ… 小さじ1杯
しめじ……………	100 g	
コーン(缶詰または冷凍)…	60 g	

●作り方

- ①ほうれん草はよく洗って水気をきっておく。
- ②しめじは石づきを切り落とし、ほぐす。
- ③コーン、①・②をゆでてザルにあげ、水気をきる。ほうれん草は2～3cm長さに切る。
- ④ボウルに③を入れて、よく混ぜ合わせる。
- ⑤③の粗熱が取れたら④とあえ、器に盛る。

提供：市食生活改善推進員協議会