

【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



編集後記

先月、若いころよく行っていた「リンゴ・●」という気分が良くなる水を出す店に続けて行きました。ママさんは、相変わらず元気に歌ったり踊ったり。私は、下手な歌を青筋立てて熱唱。ただ、当時のように「カウンター上のダンサー」にはなれませんでした。【凡】

最近、日本のゴルフ中継を見ていたとき、外国人選手のミスショットで拍手をしたり、打つ瞬間にカメラのシャッター音がしたりと、観客のマナーの悪さには残念でなりません。諸外国に比べて、プロスポーツに対する観戦マナーの意識が低いように感じます。【走】

11月9日までは「読書週間」。最近の私は、もっぱら子どもへの絵本の読み聞かせで、ちょっとした読書気分を味わう程度です。ただ、その短い物語に込められた教訓にはいつも感心。あとは、子どもに何度も「ガオー！」と言わされなければ文句無し…です。【素】

山々が色あざやかに染まり、秋も深まってきました。日ごとに寒さが増す今日このごろ、鍋のおいしい季節になりました。食卓での家族そろって鍋をとり囲む姿は、食事の原点のように思います。心も身体もほっこり温まり、楽しい時間を過ごしたいものです。【葉】

～倉岳名産「榎の実コンニャク」～



倉岳町は、東は念珠岳、北西部には天草最高峰の倉岳と三方を山に囲まれています。そこで、昔の人が榎の実からでんぷんが取れることを知り、いつのころからか「榎の実コンニャク」を作るようになりました。今では、法事などの精進料理として出されるところもあります。皆さんも、ぜひ一度お試しください。

材 料 (約10人分)

榎の実でんぷん…………… 280g
水 …………… 1,000cc

※酢みそなどで食べる。



作 り 方

- ①榎の実を集めて、天日で4～5日ほど実が割れるまで干して、皮をむき、水につけてあくを抜く。
- ②ミキサーで実をつぶし、粉にして布でこす。
- ③沈んだでんぷんをボールに入れて、再び1週間くらい毎日水を変え、あく抜きをして天日に干す。
- ④材料をなべに入れて焦げないように底から混ぜながら、10分ほど炊く。

提供：市食生活改善推進員協議会

市のシンボル



【市の花】
はまぼう



【市の木】
あこうの木



【市の鳥】
かもめ



【市の魚】
鯛

市民憲章 平成21年3月27日制定

わたしたちは、将来にわたって
夢と希望に満ちあふれた天草市となることを願い、
ここに天草市市民憲章を定めます。

- 一 感謝の心を持ち、豊かな「しぜん」を守ります
- 一 ふるさとを愛し、誇れる「ひと」を育てます
- 一 恵まれた風土を活かし、「ものづくり」に励みます
- 一 伝統と文化を学び、安らぎのある「まち」を創ります
- 一 世代の調和を大切に、健やかな「和」を広げます