

ふるさと
旬の味



サケのさつま揚げ

●材料（4人分）

サケの落とし身	500g
ゴボウ	15g
ニンジン	15g
玉ネギ	25g
すき昆布（もどした物）	10g
カレー粉	10g
片栗粉または卵	70g
配合調味料	1g
塩	10g
水	230ml
サラダ油	適量

●作り方

- ①ゴボウ、ニンジン、玉ネギ、すき昆布をみじん切りにしておく。
- ②サケをミンチ状にする。
- ③①と②に調味料を加えながら10分間混ぜ合わせる。
- ④③で混ぜ合わせたものを小判型に形を整える。
- ⑤サラダ油を加熱したフライパンで④を揚げて出来上がり。



はまゆりグループ
太田 キミさん
(62・太田名部)

「出稼ぎ人生だったなんす」

野田 の だ ぐ ち
竹松 た け ま つ
さん（上区・74歳）



出稼ぎ人生だったなんす

《291》

★：25のとき北海道に出稼ぎに行きました。発電所を造る仕事だったが、親方が厳しい人でよく「稼いだ金は家に送れ」って言われました。その後は東京で建築、宅地造成、ゴルフ場の芝張りをしたなんす。そのころは久慈の安定所（職業）は日本一出稼ぎが多いっていわれた。なんす。当時は出稼ぎ仕事もいっぱいあって家に居れば「人夫頼みが来んじよー」「どいどいどい何人ほしいじよー」ってよく話を聞きに行きました。★：正月には八戸（青森県）の孫が来んが、楽しみだなんす。

文芸の世界

川柳愛好会
11月例会作品

あと一点気負い招くミスもある
ささやかな憩い家族で囲む膳
太長根英子

どんぐりも不作で熊が里に出る
気負いなどあるはずがない負けおしみ
嵯峨 待女

道の駅ドングリアイス人気あり
ささやかに振舞う孫の七五三
三上 翠香

黄昏のどんぐり頭に空っ風
ささやかに生きてることに足りる日々
深渡 汀女

痩せ馬が気負って生きて来た傘寿
どんぐりの頭で今日も愚痴ばかり
加差野静浪

気負いすぎ前へ進めず後戻り
ささやかな気持他人にも掛けてやり
峰はまゆり

どんぐりを探すが見えず日が暮れる
ささやかな生活夕食後のお風呂
北野多佳子