

# 俳苑

●投稿先・秘書広報室 藤久保一〇〇一 〇二五八〇〇一九  
※投稿は官製はがきで楷書で二句。漢字には全てルビをふり電話番号を明記。  
●選者・山崎清

熊笹が雪はねのける晴間かな  
野尻光之  
黒土に緑の縞を生む芽麦  
金谷秋子  
立春や健康寿命のありがたき  
砂田幸子  
陽のびて夕餉の支度ぼつぼつと  
沖野澄江  
鏡餅秩父から見る富士の峰  
伊藤博  
白菜の身を閉じて待つ朝餉かな  
服部厚志  
コロナ禍に集う笑顔の初句会  
西片和子  
匂立つ雨後の庭の紅梅か  
高山和江

佐保姫の衣擦れ聞くや耳に手を  
小林紀子  
リハビリにかよう日もあり春帽子  
熊倉知恵子  
銀色に輝く海よ春の風  
抜井満智子  
木枯しや背を押されて急ぐ道  
任田美智子  
テープルの木の芽の香母の味  
志村美代子  
背を丸め七草刻む祖父のいる  
亀原美枝子  
春めきし空の蒼さに深呼吸  
宮下富子  
月下駄響く黄昏浅き春  
石川靖子

## 日本手話で広げよう心の輪 新しい言語「手話」ははじめませんか？

今月覚えてほしい日本手話は「赤い」「治まる」「電車」「あるある」「想い」。コロナ禍で花粉症に悩む人とのやりとりを手話でお届けします。



YouTube <http://goo.gl/eEHkAv>



## まちの掲示板

### ゆったりヨガ

体にやさしい呼吸法で、免疫力を高めましょう！  
※無料体験あります。  
■ 毎月第4日曜日10:30～11:30  
■ 藤久保3区第2集会所2階和室  
■ 4,200円/6ヵ月  
■ 合田 ☎090-4591-8330

### フラ ハーラウ オナニカリノ 新規メンバー募集

新規メンバー募集スタートです！  
フラダンスを踊りませんか！  
①幼稚園児クラス  
②小学生クラス  
③シニア向けクラス（月・金曜）  
■ 田中 ☎090-5505-8446  
<https://nanijalino.jimdofree.com>

### 楽しく健康づくり 若さを保つ「元気ダンス」

懐メロに合わせて、簡単な動作の健康エクササイズです。楽しく運動を続けたい方に最適で、脳トレにも効果的です。  
■ 月曜日（月3回）13:30～14:30  
■ 竹間沢公民館 ☎1,500円/月  
■ 黒岩 ☎090-1692-7714

### 【まちの掲示板掲載募集】

宗教団体・政治団体・営利目的の投稿はご遠慮ください。1団体につき、年間1回まで先着順で掲載できます。※100字以内。要点のみの掲載となる場合もあります。◆紙面の予約は前々月の10日まで受け付けます。なお、予約は先着順となります（土・日・祝日の場合はその前日）【申込み・問い合わせ】秘書広報室 ☎258-0019（内線314）

今わたし介護されて地獄見る夜明け待つ身に明日はあるのか  
紅梅や白梅見ごろ春うらら小鳥飛び交い花をついばむ  
忘れないう十年目の春めぐり来ぬみちのく復興にエールを送る  
大寒や暦どりに天おあぐ手をすり合わせからだ縮める  
天地の命のめぐみ収穫のかじかむ手に背にみぞれ降りつつ  
コロナ禍も梅はほころび孫受験さくら咲いたと嬉しいたより  
八十歳整理整頓するこよい山のおもひで海のおもひで  
東風吹かば主わすれぬ飛梅の花もさかりの大宰府の宮  
コロナ禍にテレビの映像国権の言葉の響き軽きをなげく  
師がひとつこだはる地名年長けてやうやう越えぬ小夜の中山

市川しのぶ  
西川勇  
石川靖子  
高橋寛  
神代恭子  
島寄恵子  
鈴木繁子  
塩山淑子  
泉郁子  
町田勝男

# 歌壇

●投稿先・町田勝男 上富四一五一 〇二五八〇二五三〇  
※投稿は官製はがきに一首、電話番号明記。

## おたよりだより

広報みよしに寄せられた声をお届け！

FROM READERS

◆図書館について、気になりました。（竹間沢・Aさん）  
◆藤久保拠点がこんな風にならたら子どもも親も使いやすいそうで、素敵だと思えます。（藤久保・Yさん）  
◆モデルプランが出来て藤久保拠点が将来どうなるか、だんだんイメージが湧いてきたね！  
◆そうね♥子どもからお願い年寄りまでが使いやすい拠点施設になって欲しいわね。楽しみ〜  
◆表紙の雰囲気がいとも違って驚きました。二人とも可

愛らしい！（藤久保・Dさん）  
◆表紙は広報の顔だから、毎回の写真にするか、広報担当は担当悩ましいよ。  
◆みんなの協力で広報は成り立っているんだよね。これからも広報をよろしくね！  
【編集後記】  
◆施設方針特集の編集を担当しました。昨年度は新型コロナウイルス感染症の影響でたくさんの方の事業やイベントが中止になってしまい、取材もほとんど行けなかったため、今年度は少しでも多く行けるようになればいいなと思えました。（松本）

## 困ったときの医療案内

医療機関案内（24時間体制）  
▶ 埼玉県救急電話 ☎ # 7119  
※ IP 電話などからは ☎ 048-824-4199  
▶ 入間東部地区事務組合 ☎ 049-261-6031  
▶ 埼玉県 AI 救急相談  
チャット形式での相談。利用は二次元コードから

発熱等の症状がある時  
二次元コードから受診予約。  
(埼玉県感染症対策課 HP)

▶ HP が見られない場合は下記へ連絡

受診・相談センター 9:00～17:30・月～土曜（祝日含む）  
☎ 048-762-8026 FAX048-816-5801  
県民サポートセンター 24時間・年中無休  
☎ 0570-783-770 FAX048-830-4808

▼ 休日・夜間・小児時間外診療

休日急患診療所		
☎ 049-264-9592（ふじみ野市駒林元町 3-1-20）		
▶ 診療日：日曜・祝日・年末年始 9:00～12:00/13:00～16:00 ※令和3年2月1日から20:00～22:00は当面休診。		
イムス富士見総合病院（入院等が必要な救急小児）		
☎ 049-251-3060（富士見市鶴馬 1967-1）		
▶ 診療日 { 月・木曜が平日…18:00～翌朝 8:00 まで 月・木曜 { 月・木曜が祝日… 8:00～翌朝 8:00 まで		
▼ 救急病院 ※受診前に専門医がいるか問合せ		
医療機関名	所在地	電話番号
イムス三芳総合病院	藤久保 974-3	049-258-2323
ふじみの救急病院	北永井 997-5	049-274-7666
三芳野病院	北永井 890-6	049-259-3333

## MIYOSHI オリンピアード通信

マレーシアパラオンライン交流会

マレーシアパラリンピック委員会と、三芳町のパラ競技選手、障がい者としてオンライン交流会を開催しました。日英の同時通訳・手話通訳を介し、自己紹介やクイズを実施。身の回りの課題や考えについて意見交換し、お互いをよく知ることができました。様子をHPで公開します。ぜひご覧ください！

## Let's cooking!

### チョコタルト

材料：16cm タルト型 1 個分 または 13cm タルト型 2 個分

〈タルト生地〉		〈チョコレートクリーム〉	
有塩バター	50 g	卵（L玉）	1 個
砂糖	30 g		（内卵黄 5g は生地へ）
卵黄	5 g	ホイップクリーム	20 g
	（L玉約 1/4 個分）	牛乳	30 g
薄力粉	80 g	ブラックチョコレート	55 g
		ラム酒	小さじ 1/2

- 常温で柔らかくした有塩バターに、砂糖を少しずつ加えながら泡立て器で白っぽくなるまで混ぜる。さらに卵黄も加えよく混ぜる。
- ①にふるった薄力粉を2・3回に分けて加え、ゴムべらでよく混ぜる。しっかりとってきたらボウルの中で手で丸め、よくこねる。冷蔵庫で10分休ませる。
- タルト型に分量外のバターを薄く塗る。休ませた生地を麺棒で型より少し大きめのばし、丁寧に指で押さえながら生地を型に沿わせる。
- 底全体にフォークで穴を開け、クッキングペーパーの上に重石をのせたものを置き、190～200℃のオーブンで13分、重石を取りさらに5分焼く。
- タルトを焼いている間にチョコレートクリームを作る。ホイップクリームと牛乳を鍋に入れ、沸騰直前まで温める。刻んだチョコレートを入れてよく溶かす。
- ボウルに移し、溶いた卵を少しずつ入れてその都度よく混ぜる。最後にラム酒を入れる。
- タルトにクリームを流し入れる。180℃のオーブンで13分焼き、冷めたら型から外す。