



新着案内

『婚活マエストロ』

宮島 未奈 著 (文藝春秋)

『成瀬は天下を取りに行く』の著者が放つ、爆走型エンタメ! 三文ライター・猪名川の取材先は、時代遅れの零細婚活会社。現れたのは、伝説の司会者・鏡原奈緒子だった…。



『燻製大全』

服部 弘 著 (山と溪谷社)

シンプルな工程と味をモットーにした服部式燻製のレシピ集。スモークチーズ、ベーコンなどの定番レシピから本格派ロースハムまで、多種多様なレシピを収録。



『夜更けより静かな場所』

岩井 圭也 著 (幻冬舎)

人生は簡単じゃない。でも、後悔できるのは、自分で決断した人だけだ。古書店で開かれる深夜の読書会で、男女6名の運命が動きだし…。瑞々しい群像劇を描く連作小説。



『なにわ介護男子』

宮川 大助 著 宮川 花子 著 (主婦の友社)

血液のがん・多発性骨髄腫に夫婦で立ち向かう宮川大助・花子。厳しい病状もつらい介護も笑いに変えてしまう夫婦の絆を描いたエッセイ。



『ゆきのもりのおくりもの』

リンデ・ファース 文・絵 西村 由美 訳 (岩波書店)

もうすぐクリスマス。でも、パパは大忙しで、ソフィーはひとりぼっち。クリスマスの朝、すてきなことを探しに出かけると、ふぶきの中に一頭のヘラジカが現れて…。



移動図書館

阿蘇・一の宮地区 (12月6日☎・1月10日☎)

- 西役犬原公民館 10:00～10:10
- ▼
- 竹原公民館 10:15～10:30
- ▼
- 坊中公民館前 10:40～10:55
- ▼
- 赤水駅前 11:15～11:25
- ▼
- 宮本酒店前(車帰) 11:35～11:45
- ▼
- 坂梨公民館 15:15～15:25

波野地区 (12月11日☎・1月15日☎)

- 波野保健福祉センター 11:20～11:30

※天候や道路状況により巡回を中止することもあります

おはなし会

おはなしボランティア『おはなしアップル』のおはなし会を開催します。参加は無料です。ぜひ、ご参加ください。

とき 12月21日(土) 午前10時30分

ところ 阿蘇図書館

**新たなスキルを身につけ  
キャリアアップを!**

CGクリエイター/ Webデザイナー/ 動画クリエイター/ グラフィックデザイナー  
※ 諸条件あり

**最大 70%の受講料補助**

阿蘇市と阿蘇中央高校、デジタルハリウッド株式会社、デジハリ熊本を運営する株式会社D-HORIZONは、スマート産業人材育成に関する連携協定を締結しています。

現役のプロが個別指導

**デジタルハリウッド  
STUDIO熊本**

熊本市中央区坪井 2-2-42 ニュー広町ビル 1F

**受講生募集中**

お問い合わせ・資料請求は電話、Webサイトにて受け付けています

**0120-810-357**

digital hollywood studio KUMAMOTO

広告

# 肉団子の 具沢山スープ

食生活改善推進員協議会

器提供：陶房 楽

## 材料 (4人分)

合い挽き肉 … 250g    コショウ……少々    酒 ……………大さじ1  
 醤油 ……………大さじ1/2    片栗粉…… 大さじ4    卵 ……………1個  
 ネギ ……………適量    ごま油 ……小さじ1    玉ねぎ ……1つ  
 里芋 ……………4個    人参 ………1本    サラダ油……大さじ1/2  
 塩 ……………小さじ1/2    コンソメ……1個    水 ……………800cc

里芋は阿蘇市産を使用しました。 ※市内の道の駅で購入。

## 作り方

- ① ボールに、合い挽き肉、コショウ、酒、醤油を入れ混ぜ合わせる。
- ② 卵を卵黄と卵白に分け、卵白と片栗粉を混ぜる。ネギをみじん切りにする。
- ③ ①に②とごま油を加えて、よく混ぜる。
- ④ 玉ねぎ、里芋、人参を1cm角に切り、鍋に油を熱し炒める。
- ⑤ 野菜に油が馴染んだら、水 800ccを入れる。
- ⑥ 野菜に火が通ったら、③で作った肉だねを適当な大きさにして入れる。
- ⑦ アクをとったら、コンソメを入れ、薄い場合には塩コショウで味を整える。
- ⑧ 最後に溶いた卵黄を入れて完成。



WebTV アソ  
動画



食改胃から一言

彩りが良く、寒い日に体が温まる1品です。  
肉団子を鍋に入れるときは、スプーンを使うと楽に作れます。

## 夢を追いかけて

夢を追いかける青少年の声を届けます

私の将来の夢は助産師さんです。私は生まれる時、とても危険な状態でした。しかし、助産師さん達のおかげで無事に生まれました。母はとても不安でしたが助産師さん達の温かい言葉に救われたそうです。助産師さんの仕事は出産の手助けだけでなく、少しでも妊婦さんの不安を取り除き、笑顔にする仕事でもあります。私もそういう風に妊婦さんに寄り添い、患者さんから信頼してもらえる助産師さんになりたいです。

奈須 結彩

なす ゆい  
内牧小学校・6年

