



新着案内

『サイレントクライシス』

五十嵐 貴久 著 (PHP 研究所)

品川桜警察署の刑事・橋口は、サラリーマンの変死事件に臨場する。同じ署の刑事である妹と共に捜査を進めるうちに、死亡した男が勤めていた建設会社に不信を抱くが…。



『文庫旅館で待つ本は』

名取 佐和子 著 (筑摩書房)

戦前から続く海辺の老舗旅館・凧屋の名物は、様々な古書を収めた文庫 = 図書コレクション。若女将がすすめる一冊が、訪れる人の人生を揺らし…。記憶と未来を繋ぐ物語。



『紫式部日記』

紫式部 作 福田 裕子 文 朝日川 日和 絵 (KADOKAWA)

キラキラな宮中にお仕えすることになったシキブ。「わたし、みんなにどう思われてる?」「嫌われるのがコワイ」「空気読まなきゃ」…。『源氏物語』の作者による、もう一つの名作。



『スマート農業』

農業・食品産業技術総合研究機構 編著 (成山堂書店)

新たな農業経営として「スマート農業」が注目されている。「スマート農業」の概要・事例・課題と対策・将来展望など新しい時代の農業を分かりやすく紹介する。



『子どもも親もラクになる偏食の教科書』

山口 健太 著 藤井 葉子 監修 (青春出版社)

約3割の親が、子どもの偏食で悩んでいる。偏食とはどういうものか、そもそも子どもの偏食は改善すべきなのか、なぜ偏食になってしまうのか、どう対応すべきなのかを解説する。



『かいけつゾロリノシシいきなり王さまになる!』

原 ゆたか さく・え (ポプラ社)

牢屋に閉じ込められた、ゾロリとイシシ、そしてノシシそっくりの国王レンス。偽の国王となっているノシシを連れ戻し、国を乗っ取ろうとする家来たちの悪事を暴くことができるのか?



移動図書館

阿蘇・一の宮地区 (2月2日金・3月1日金)

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

(2月7日水・3月6日水)

波野保健福祉センター

11:20 ~ 11:30

皮膚科

診療を再開しました



診療日 月曜 水曜 金曜

※祝日の場合は振替診療を行います。

気になる診療日程はコチラ



医療法人社団 坂梨会 阿蘇温泉病院

【☎0967-32-0881】

広告

## 材料 (4人分)

- レンコン…350g 里芋…150g タマネギ…80g  
 レンコン(みじん切り)…50g **A** 鶏ひき肉…200g **A**  
 パン粉…大さじ2 **A** 卵…1個 **A** ショウガ汁…少々 **A**  
 塩…少々 **A** サラダ油…適量  
**たれ** 醤油…大さじ3 砂糖・酒・みりん…各小さじ2  
**付け合わせ** 千切りキャベツ…200g ミニトマト…8個

## 作り方

- 1 里芋は皮をむき、柔らかく茹でて潰す。
- 2 タマネギはみじん切りにする。
- 3 レンコンは皮をむいて5mm程度の輪切りにし、片面に片栗粉をまぶす。
- 4 1、2、**A**を混ぜ合わせる。
- 5 3で切ったレンコン2枚の間に4を挟み、油をひいたフライパンで両面に焼き色をつけながら蒸し焼きにする。
- 6 火が通ったらたれを煮詰めながら絡める。
- 3 付け合わせとともに盛りつける。



### 食改胃から一言



レンコンを切るとき、厚くしすぎないことがポイントです。シャキシャキとした食感を楽しめませう。

## おたより

皆さまからのご意見・感想を募集しています。疑問に思っていることや読みたい記事、みんなに見てほしいすてきな写真など「おたより」フォームから投稿してください。



「おたより」フォーム

※投稿の内容や紙面の都合により掲載できない場合もあります。

## 編集後記

熊本県広報コンクールで本市の「広報あそ」がグランプリとなる熊日賞を受賞しました。これまで「広報あそ」に掲載した皆さまの活動内容そのものが高評価を受けたのだと思います。いつも快く取材に応じてくださる皆さまに改めて感謝申し上げます。今後も市民の皆さまの頑張る姿、輝く姿を取り上げていきたいと思っています。今後ともよろしくお願いいたします。

**国内唯一の眼鏡の国家資格**  
**1級眼鏡作製技能士**  
**阿蘇唯一の認定補聴器技能者**  
**めがね・補聴器・時計**  
**高価下取り**  
**金過去最高値更新中!**

あそしな時計店  
 熊本県阿蘇市一の宮町宮地1943-2  
 TEL 0967-22-3619 FAX 09046782995

**難聴が認知症の原因に!?**  
**音は脳で聞いています。**

難聴を放置した場合の認知症リスク

難聴の程度	認知症リスク
軽度の難聴	2倍
中度の難聴	3倍
重度の難聴	5倍

補聴器を使うことで脳に音が届きます。

補聴器の使用は脳の活動を活発に促します。補聴器を使用していない難聴者は、使用している難聴者と比較して、「物忘れがひどくなる」などの認知症へのリスクが高くなる」と報告されています。

※身分証明書(免許証・健康保健証)をお持ちください  
 無料出張サービス