



| 材 料 | (6人分) |
|-------------|-------------------|
| 牛挽き肉 | 450 g |
| 〔玉ねぎ | 1個 |
| 〔油 | 大さじ1 |
| 卵 | 1個 |
| パン粉 | $\frac{1}{2}$ カップ |
| 塩 | 小さじ1 |
| こしょう | 少々 |
| 〔ナツメグ (あれば) | 小半 |
| きぬさや | 40 g |
| グリンピース (缶) | 80 g |
| しめじ | 1パック |
| 〔油 | 大さじ1 |
| ホールトマト (缶) | 400 g |
| 塩 | 小さじ1 |
| こしょう | 少々 |
| チキンスープの素 | 1個 |
| ローリエ | 1枚 |
| 生クリーム | $\frac{1}{2}$ カップ |

作り方

- ① 玉ねぎはみじん切りにする。フライパンに油を入れて中火で熱し、玉ねぎを炒め、しなりしたらバットにあけて、さます。
 - ② しめじは石つきをとり、小房に分ける。トマトは缶汁ごとボールにあけて、手でつぶす。
 - ③ ハンバーグのたねを粘りができるまで、よく練る。手のひらに油少々を塗り、小判型に形を整え、中心を少々くぼませる。
 - ④ フライパンに油を入れて中火で熱し、たねを焼く。ペーパータオルでたまつた油を拭きとり、トマト、塩、こしょう、くずしたスープの素、ローリエを加え、ときどき混せながら約10分煮て、器に盛り、生クリームを回しかける。
 - ⑤ フライパンをペーパータオルで拭き、油を入れ強火で熱し、きぬさや、グリンピース、しめじを入れてさっと炒め、塩、こしょうで調味し、ハンバーグに添える。

私は死ぬ時が、一人前になれる時だと思ってるので、色々な体験を通して、色々な人々からクリーニングされながら反省し、又学び少しでも多く汚れを落とし、寿命がきたら靈界へ誕生していくけるようになると、いつも望んでいるのである。

砂わらの思いで 坂井 國公

الله
يَعْلَمُ

と上げたイカが上空にからんでからんだまま、町中に入りケンカ力になり家根石がとんだ話を聞かされました。私の子供の時代も新地五区も大きいイカを上げました。角イカの大きいイカです。新田町は朝日に鶴の団の大イカでした。新田町は分りません。新田町と新地のイカ合戦をやるのです。新田町は船頭菜が多勢のです。

昔は川水はうまかって家庭用の水をみんな川から桶で汲んで水がめに入れます。又川が大水になると水の引くのをまつて砂わらに穴をほってこし水に下から出ます。それを飲み水に使います。又大水後には流木が砂わらへ上り水が引くとその流木をひろって燃料（ガス木と言つていました）にします。昔はガスも水道もない時代唯一の薪でした。又面白い形の物

必ず一人はいると云われているのである。その人が磨き粉となり、人間が完成される一原因となると云う訳である。有難い話なのである。

西田なお萩迦様は、いつも自分を裏切ったり落とし入れようと、思つたと云われてゐるのである。まさしく罪を憎んで人を憎まずと

と上げたイカが上空にからんでからんじて落つた。まことに、町中に入りケンカをする力になり家根石がとんだ話を聞かされました。私の子供の時代もは朝日に鶴の団の大イカでした。新田町は角イカの大きいイカです。新田町は新地五区も大きいイカを上げました。節句にイカを上げました。六尺の角イカの大きさです。新田町は新地のイカ合戦をやります。新田町は船頭衆が多く勢いがありましたからいいせいがい、新地（五区の人）も農家がありましたから気が揃って伊勢がい、新田町と新地のイカ合戦が有りました。イカ合戦のからみ合いからケンカイカになります。大きいイカでした。立てるところと六尺はあつたでしようと六尺はあつたでしました。

昔は川水はうまかって家庭用の水をみんな川から桶で汲んで水がめに入れます。又川が大水になると水の引くのをまつて砂わらへ上り穴をほってこし水に下から出ます。それを飲み水を使います。又大水後には流木が砂わらへ上り水が引くとその流木をひろって燃料（ガス木と言つていました）にします。昔はガスも水道もない時代唯一の薪でした。又面白い形の物もあります。今でも大切にもつております。又砂わらは蒸気船が発着しました。白根丸と安進丸です。夏になると裸の子供達が蒸気船に乗り船の人に怒られると川へ飛び込みます。又川には粘土がビッシリありスピレ台になります。川へすべりこむのです。皆がま黒になりました。蒸気船が発着したのは今の風間新聞店の小路です。蒸気場小路といつていました。その川端が蒸気船の発着した所です。其の後何十年かたって交通公園となりしばらく利用されたのですが交通公園もなくなり堤防となりました。中之口川は北へ流れます。ばかり沿岸に棲む住民にとっては寂しい限りです。
あゝすなわらがきえた恵み多かりし
位水彩画に書きました。

端に息吹き、五月の光と風を一受け、灰色の空高く緩やかになやかに、小刻みに揺れている。ある。
目に青葉、山ほどとぎす初鱗^{はつうぶ}の若葉は、目にやさしいのである。そして鱗の穢れるシーズンでもある。
昔お茶の先生が、春の庭を見がら、「山の春はこぶしから始まるのですヨ」と教えてくださつて、言葉を、ふと懐かしく思い返す。
ここから見ていると大木の木は、春夏秋冬と、自然と共に生き様を変えながら、その度何を、私に気付かせてくれているである。
柳に雪折れなしと云うように、木々は、自然に逆らわずいつも素直に自分の役目を堂々とまつうしているようと思うのである。木々のような素直さは、老いもきも全ての人に必要である、素直になれば謙虚になり、反省し感する事ができるからである。
あそここの栗の木も又秋になつたら、いがいがの実を沢山つけるであろう。そんな近い将来の想も又楽しいものである。
「歌迦にだい婆」月に群ら雲花に風^{うね}と云うように、木々、又東西南北の強風をまともに受け、なお強く漲つて生きている立派な大木に成長できたのである。やっぱり小木より大木の方が、誰々々しく見えるのである。

必ず一人はいる」と云っているのである。その人が「磨き粉」となり、人間が完成される「原因」となると云う訳である。有難い話なのである。

四百三十一
お釈迦様は、いつも自公を裏切ったり落とし入れようとする敵の「婆」をも、「愛おしい」と思つたと云われているのである。まさしく罪を憎んで人を憎まずとする、いう訳である。

お釈迦様はインドの、王家の王子様であった。妻や子もいたのである。何がどうして地位や名聲を捨ててになられたか、定かでないが、全てを捨てて出家なされたのである。お釈迦様は偉大なお人である。

キリスト（キリスト教）と釈迦（仏教）は同じ相応の理である。そこにマホメット（マホメット教）が加わり、世界三大宗教となるのである。ちょっと余談になつてしまつたが……。

綺麗な月も雲が出れば台無しである。綺麗な花も風が吹けば散り怠いでしまうのである。

人間一人ひとりでも、自分に逆らう苦手な人が必ずいるのである。嫌がつてはいけないと思うのである。それも家族の中の人の場合も多いのである。その為に少しでも、衿を正して緊張して生活出来るのである。

時にはわがままを退治してくれ、怖い人も必要であると云う訳である。

雪消えし岸の枯草動めくは男一人
が魚釣るらし

阿部 淨子

夜の更けを鳴りし電話に短歌の師
の計報を聞きて言葉失う

金内 セツ

短歌を書く独り居の夜は静かにて
薬缶のたざる音に安堵す

大矢 キイ

孫もすめ希望高校に合格し笑顔も
どれば心安らぐ

大湊 ミキ

粉雪舞う朝の電話に短歌の師の計
報を聞きて果然とおり

阿部 テイ

夕ぐれのこの川べりを散歩せしむ
き師の姿目に浮かび来ぬ

小出 美喜子

昔は川水はうまかって家庭用の水をみんな川から桶で汲んで水がめに入れます。又川が大水になると水の引くのをまつて砂わらへ上り穴をほってこし水に下から出ます。それを飲み水を使います。又大水後には流木が砂わらへ上り水が引くとその流木をひろって燃料（ガス木と言つていました）にします。昔はガスも水道もない時代唯一の薪でした。又面白い形の物もあります。今でも大切にもつております。又砂わらは蒸気船が発着しました。白根丸と安進丸です。夏になると裸の子供達が蒸気船に乗り船の人に怒られると川へ飛び込みます。又川には粘土がビッシリありスピレ台になります。川へすべりこむのです。皆がま黒になりました。蒸気船が発着したのは今の風間新聞店の小路です。蒸気場小路といつていました。その川端が蒸気船の発着した所です。其の後何十年かたって交通公園となりしばらく利用されたのですが交通公園もなくなり堤防となりました。中之口川は北へ流れます。ばかり沿岸に棲む住民にとっては寂しい限りです。

あゝすなわらがきえた恵み多かりし

位水彩画に書きました。

端に息吹き、五月の光と風を一受け、灰色の空高く緩やかになやかに、小刻みに揺れている。ある。
目に青葉、山ほどとぎす初鱗^{はつうぶ}の若葉は、目にやさしいのである。そして鱗の穢れるシーズンでもある。
昔お茶の先生が、春の庭を見がら、「山の春はこぶしから始まるのですヨ」と教えてくださつて、言葉を、ふと懐かしく思い返す。
ここから見ていると大木の木は、春夏秋冬と、自然と共に生き様を変えながら、その度何を、私に気付かせてくれているである。
柳に雪折れなしと云うように、木々は、自然に逆らわずいつも素直に自分の役目を堂々とまつうしているようと思うのである。木々のような素直さは、老いもきも全ての人に必要である、素直になれば謙虚になり、反省し感する事ができるからである。
あそここの栗の木も又秋になつたら、いがいがの実を沢山つけるであろう。そんな近い将来の想も又楽しいものである。
「歌迦にだい婆」月に群ら雲花に風^{うね}と云うように、木々、又東西南北の強風をまともに受け、なお強く漲つて生きている立派な大木に成長できたのである。やっぱり小木より大木の方が、誰々々しく見えるのである。

必ず一人はいる」と云っているのである。その人が「磨き粉」となり、人間が完成される「原因」となると云う訳である。有難い話なのである。

四百三十一
お釈迦様は、いつも自公を裏切ったり落とし入れようとする敵の「婆」をも、「愛おしい」と思つたと云われているのである。まさしく罪を憎んで人を憎まずとする、いう訳である。

お釈迦様はインドの、王家の王子様であった。妻や子もいたのである。何がどうして地位や名聲を捨ててになられたか、定かでないが、全てを捨てて出家なされたのである。お釈迦様は偉大なお人である。

キリスト（キリスト教）と釈迦（仏教）は同じ相応の理である。そこにマホメット（マホメット教）が加わり、世界三大宗教となるのである。ちょっと余談になつてしまつたが……。

綺麗な月も雲が出れば台無しである。綺麗な花も風が吹けば散り怠いでしまうのである。

人間一人ひとりでも、自分に逆らう苦手な人が必ずいるのである。嫌がつてはいけないと思うのである。それも家族の中の人の場合も多いのである。その為に少しでも、衿を正して緊張して生活出来るのである。

時にはわがままを退治してくれ、怖い人も必要であると云う訳である。

アフリカの内戦悲し写真にて右腕
のなき幼女の写る 永田 キヨエ
かけめぐる月日は早く祭壇に座り
て兄の遺影に見入る 長谷川 トリ
お彼岸に寺の法話を聴きながら我
が心にも春がうごめく 大谷 モト
引く犬の歩みとまりて堤防の枯る
る葦より雑子飛び立つ 丸山 幸
春彼岸の白波寄せる間瀬の海浮島
佐渡は淡くはろけし 上山 啓子
死を思い門付したる日もありと人
間国宝百歳の瞽女 笠原 セツ

端に息吹き、五月の光と風を一受け、灰色の空高く緩やかになやかに、小刻みに揺れている。ある。
目に青葉、山ほどとぎす初鱗^{はつうぶ}の若葉は、目にやさしいのである。そして鱗の穢れるシーズンでもある。
昔お茶の先生が、春の庭を見がら、「山の春はこぶしから始まるのですヨ」と教えてくださつて、言葉を、ふと懐かしく思い返す。
ここから見ていると大木の木は、春夏秋冬と、自然と共に生き様を変えながら、その度何を、私に気付かせてくれているである。
柳に雪折れなしと云うように、木々は、自然に逆らわずいつも素直に自分の役目を堂々とまつうしているようと思うのである。木々のような素直さは、老いもきも全ての人に必要である、素直になれば謙虚になり、反省し感する事ができるからである。
あそここの栗の木も又秋になつたら、いがいがの実を沢山つけるであろう。そんな近い将来の想も又楽しいものである。
「歌迦にだい婆」月に群ら雲花に風^{うね}と云うように、木々、又東西南北の強風をまともに受け、なお強く漲つて生きている立派な大木に成長できたのである。やっぱり小木より大木の方が、誰々々しく見えるのである。

必ず一人はいる」と云っているのである。その人が「磨き粉」となり、人間が完成される「原因」となると云う訳である。有難い話なのである。

四百三十一
お釈迦様は、いつも自公を裏切ったり落とし入れようとする敵の「婆」をも、「愛おしい」と思つたと云われているのである。まさしく罪を憎んで人を憎まずとする、いう訳である。

お釈迦様はインドの、王家の王子様であった。妻や子もいたのである。何がどうして地位や名聲を捨ててになられたか、定かでないが、全てを捨てて出家なされたのである。お釈迦様は偉大なお人である。

キリスト（キリスト教）と釈迦（仏教）は同じ相応の理である。そこにマホメット（マホメット教）が加わり、世界三大宗教となるのである。ちょっと余談になつてしまつたが……。

綺麗な月も雲が出れば台無しである。綺麗な花も風が吹けば散り怠いでしまうのである。

人間一人ひとりでも、自分に逆らう苦手な人が必ずいるのである。嫌がつてはいけないと思うのである。それも家族の中の人の場合も多いのである。その為に少しでも、衿を正して緊張して生活出来るのである。

時にはわがままを退治してくれ、怖い人も必要であると云う訳である。

黒崎俳句会

俳 句

一郷の田のはればれと打たれあ
ほんぼりに灯のともり初む夕櫻 講

よき出合ひ名残りの別れ弥生尽
さざ波に吸はるる水輪花の雨 多

智恵子
剝落の土蔵みてをり啄木忌
田に水を張りて農夫に戻りけり 敏

秀
若枝に勢ひそなはり初桜 トシ

必ず一人はいる」と云っているのである。その人が「磨き粉」となり、人間が完成される「原因」となると云う訳である。有難い話なのである。

四百三十一
お釈迦様は、いつも自公を裏切ったり落とし入れようとする敵の「婆」をも、「愛おしい」と思つたと云われているのである。まさしく罪を憎んで人を憎まずとする、いう訳である。

お釈迦様はインドの、王家の王子様であった。妻や子もいたのである。何がどうして地位や名聲を捨ててになられたか、定かでないが、全てを捨てて出家なされたのである。お釈迦様は偉大なお人である。

キリスト（キリスト教）と釈迦（仏教）は同じ相応の理である。そこにマホメット（マホメット教）が加わり、世界三大宗教となるのである。ちょっと余談になつてしまつたが……。

綺麗な月も雲が出れば台無しである。綺麗な花も風が吹けば散り怠いてしまうのである。

人間一人ひとりでも、自分に逆らう苦手な人が必ずいるのである。嫌がつてはいけないと思うのである。それも家族の中の人の場合も多いのである。その為に少しでも、衿を正して緊張して生活出来るのである。

時にはわがままを退治してくれ、怖い人も必要であると云う訳である。

初蝶の淡き影さす水面かな
風が触れ日が触れ櫻ほころびぬ
春の雪浚ひし泥に吸はれけり
がうがうと風の林の辛夷かな
花冷えのたとえば変る湖の青
語りかけるごとく濡らして木の苔
雨

逃水や史跡めぐりの小旅行

木蓮に朝の障子を開けておく

掌のひらに受けし紫陽花類によせ
鹿嶋 十一
けんじ

試験に出で場のあはれ。ほんとうに。ほんとうに。ほんとうに。