

いいトコPhoto



▲二人で乗れば
近所のすべり台もジェットコースターになっちゃうよ！
●ふたりはともだち（北所沢町）



▲散歩道
「あれはスカイツリーですか？」
「いいえ、アレは航空公園の放送塔です」
●たんぽぽ（美原町）

みんなのひろば

投稿大募集！

写真・絵手紙・切り絵・川柳・エッセイなど、皆さんの作品やお便りを募集しています。

●応募方法

欄外の留意事項をご覧の上①住所②氏名③年齢④ペンネーム⑤タイトル⑥作品コメント⑦広報紙の感想を記入し、メール・郵送（写真は10MB以内／エッセイは300字程度）



▶ hiroba@city.tokorozawa.lg.jp
〒359-8501 広報課みんなのひろば（住所不要）



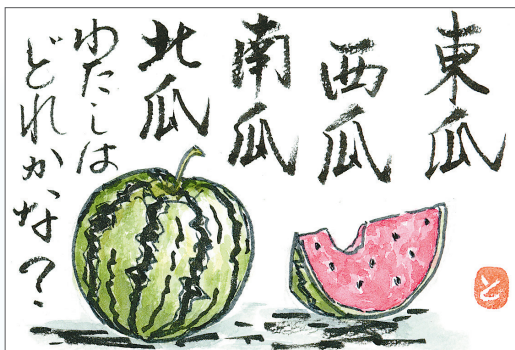
▲雨にも負ケズ、コロナにも負ケズ
埼玉県の準絶滅危惧種に指定されているシャクジョウソウを狭山丘陵で発見。生い茂る緑の足元で、力強く背を伸ばしていました。
●ひねもすのたり（久米）

お腹空いたなあ...



▲今日のごはんはなあに？
こんな小さな体でたくさん食べます。これからもいっぱい食べて遊んで、大きくなってね♥
●N.H（上新井）

いいトコ作品集



▲わたしはどれかな？
西瓜は西を向いて食べるのかなあ？
●仲敏夫（山口）

日常おもしろ川柳

待ってるよ 庭の巣箱は 新築よ

みんな寄つてい。そつと見ているだけですよ。

●松岡ユキオ（下富）

誰でもエッセイ

もっと早く言えし！

まなしろ（花園）

両親の新婚時代の話です。母はパンよりご飯派。実家では、朝ごはんは決まって和食が多かったそう。自分がそうだったように、たくさん品数で和食を出したところ父から一言。「ご飯よりパンがいい」。

ならばと次の日、洋食をふんだんに出すと、父からまた一言。「6枚切りのパン1枚で良い」。

朝からがつり食べる母と少食な父の凸凹コンビでした。

はらぺこあむしの朝ごはん

グリ子（中新井）

年に数回、大好きな絵本「はらぺこあむし」に出てくる食べ物物を朝ごはん食べています。

火曜日のナシと水曜日のスモモが店に並ばないと始められないので、今年はおと少しの我慢。土曜日はケ

ーキにアイスクリームにピクルスに；とメニューが多いので、絵本のあおむしと同じく、私もおなかいっぱいになります。

その様子を庭から見ているモンシロチョウ。私はチョウにはなれないけれど、毎回楽しい朝ごはんです。

主夫に転身

金澤房子（上安松）

6年前、長年勤めた会社を定年退職した主人。これからは朝はゆっくり過ごすのかと思いきや、突然朝ごはんを作り始めた。

1年の大半は出張。平日の接待に土日のゴルフ。一人娘の運動会や授業参観にも出たことがなかった。もちろん料理などやったことがない。

それが今や、朝の食卓には味噌汁、干物、納豆、サラダ、のり、漬物に加え、作り置きのおかずなど、さまざまなおかずが並び、さらに、後片付けやゴミ出し、庭の水やりなど全てを

テーマ「朝ごはん」



こなした後にコーヒープレイクまで。一方の私はというと、主人に刺激され、3年前から大学の通信教育を学ぶ女子大生に（笑）。

摂りたいものを

さち（美原町）

「朝は納豆」とか、「玉子は目玉焼きに限る」など、「定番」がある人をうらやましく思っていました。決めたものを食べ、「今日も一日頑張るぞ！」という気合いを感じます。

私は飽きっぽく、毎日同じメニューは好みません。その時の調子や気分が自分食べたものを食べるので和洋か、メニューも食材も毎朝まちなんです。でも結果的に、胃に負担なく体も整っている気がします。考えてみれば、こんなにたくさん

の食材があるのに、毎回同じメニューなんてもったいない！朝食は気楽に豊かに。苦手な朝食を無理なく乗りきる方法の1つです。

8月号のテーマ「夏の恋」締め切り●7月10日(土)

暑さ厳しい夏本番！
旅先での出会いや
夏に始まり夏に終わる
甘酸っぱい思い出をつづってね♪



▲ひばりちゃんの壁紙を市HP（Qひばりちゃん）でダウンロードできます。



July