

## お便り紹介コーナー

たくさんお便りくださり  
ありがとうございます!

# あなたの

# 便りが頼りです!

## わたしの花粉症対策

花粉症はもう30年前からなり大変でした。春は桜も咲き花が次から次へと咲いて、美しいのにただひとつ花粉症が苦になってました。1月から薬を飲み、鼻・目の薬を医者からもらい対策していますが、時々その対策も効かない時もありました。マスクなども役立っています。

(堀上/S.Kさん/72歳)

良くなって桜の花を楽しみたいですね。

私自身は花粉症はないのですが、夫と息子が花粉症で毎年辛い思いをしています。症状が出る前(年明け)から薬を飲み始めて血中濃度をあげておくとよいと思います。おかげで楽みたいです。

(片貝/T.Yさん/65歳)

そんなに早くから薬を飲むんですね。

花粉の時期はなるべく外に出ないで1週間に1回は日帰り

## 我が家の春の楽しみ

チューリップの開花です。植物を育てるのが苦手&面倒くさがりの私ですが、秋、庭先にチューリップの球根を植えることだけは毎年欠かしません。冬はじっとしている球根が、春の音が聞こえてくると少しずつ芽が出て、春、ぱつと咲く。花の名前を知らない人でも誰もが知っているチュ

の温泉施設で心も体も温まります。花粉の症状もだいぶ和らぎますよ。

(西野/K.Yさん/88歳)

週に1度の温泉、うらやましいです。

まずお断りしておきますね。私は非常に軽症なのでできることです。鼻水が出る、おでこのあたりがツーンと痛い。目がかゆい。でもこれは花粉症ではない、花粉症と認めない。と乗り切ってます。

(家之子/F.Mさん/72歳)

それ、私もやってます。

スキンケアをとて念入りにすることです。そのようにしてから、肌が花粉に反応した時の、あのイヤな感じがすごく軽減されました。春をもっと楽しめる気がしてきます。

(殿廻/匿名希望さん)

女性には良い方法なんです。男の私にはわかりません。

野見金公園、今度行ってみます。

春になると、毎年お庭にフキノトウが顔を出します。天ぷらにして食べるのが楽しみです。採れたては苦くなく香りが良くて最高です!

(台方/O.Wさん)

フキノトウの天ぷら、最高です。

私の家の春のお楽しみは夫婦で桜の花を見に行くことです。八鶴湖の桜も美しいし、茂原の桜も素晴らしい。桜だよりとか桜特集に出ている桜の花で珍しい所は多少遠くても出かけて楽しんでます。昔、北海道の実家には千鳥桜があってそれはそれは綺麗でした。今年も河津桜は終わろうとしています、満開に咲くソメイヨシノを夫婦二人楽しみに待っています。

(薄島/A.Mさん/67歳)

お便り読んでいたら早くソメイヨシノの花を見たくなりました。

長南町に野見金公園という小高い山があります。河津桜に始まり、あじさい、紅葉と季節を感じられます。妻と二人で、お寿司や酒のつまみを用意し、お昼ごはんとなります。遠くには、九十九里、スカイツリーなども見えます。静かな場所でもって幸せを感じることと思います。ぜひきれいな空気を吸いに出かけてみてください。

(田間/T.Hさん/71歳)

育てる楽しみと食する楽しみですね。

私も毎年3~4月になると友人が大多喜に筍狩りに行き、家へ寄ってくれます。初物は筍ご飯、土佐煮、みそ汁にして食

卓に並びます。筍が届くと春が来たなと思います。

(広瀬/H.Mさん/70歳)

たけのこも春を感じる食べ物です。

我が家の春の楽しみは、八鶴湖の桜をみて海辺を歩いて海風に当たることです。昨年は、まだ子供が歩いてなかったの

で抱っこ紐で花見など楽しみ

ましたが、歩けるようになったので手を繋いで楽しみたい

と思います。

(田間/T.Tさん/29歳)

八鶴湖、私も毎年行ってます。



家庭菜園です。これから種や苗を植えて、毎年成長を楽しんでます。ただ、小さい畑なのですぐに場所が無くなります。いつも計画を立てようとはしていますが、お店に行くについつい買ってしまうので、てんこ盛りの畑になって

ます。

春の楽しみは早いと3月末に遠路海外より飛来するツバメの営巣です。近來、人間の環境のせいで野生生物には厳しい状況にあるとよく見聞します。我家の玄関に営巣するツバメの雛の成鳥になる個体数は確実に減っているのは残念ながら実感しています。今年も軒先に来てくれたら「頑張れ!」と強く思いつつ見守りたいと思っております。

(道庭/Y.Kさん/61歳)

今年も来てくれるといいですね。

創業明治30年の八街市にある「平林」安くて美味しいです。あんこと焼団子の2種類で売りきれたら閉店です。あと、種類の多さと変わったお

団子がある土気の「菓匠マルヤ」団子の中にあんこが入って

る(あずみ団子)も美味しいです。

(関下/S.Jさん/63歳)

私の一番のおすすめは「しつとりバナナケーキ」。卵1個、砂糖40g、サラダ油50cc、HM100g、バナナ1本、チョコチップ大さじ2。作り方はとても簡単で割った卵に砂糖・サラダ油・HMの順に加えてよく混ぜ、つぶしたバナナとチョコチップを加えてよく混ぜたらパウンド型に流し180℃のオーブンで30分焼く。マフィン型に入れたり、

毎月チケットプレゼントありがとうございます。やっと春らしい季節になりました。この季節の花粉は厄介ですが、お出掛けが楽しみになって

きました。春休みに孫とお出掛けする予定です。可愛いウサギがいるマザー牧場に行く予定です。菜の花も咲いている

でしょうね。皆さまも春休みを楽しみましょうね。

(下武射田/Mさん/65歳)

マザー牧場、当たるとい

いですね。

ガソリン高くなりすぎです。血圧たいへんなことになってしまいます。ガソリン価格上がらないように!

(台方/I.Hさん/73歳)

探しています&お使い下さい

正方形のこたつ布団一式。オレンジ色の座布団4枚。いずれも未使用品です。よろしかったらお使ください。(高津/S.Tさん)

使 秀月の7段飾り、古いですが丁寧に使ってきました。クリスマスツリー(180cm位)電飾と飾りすべてあります。両方お持ちいただける方、よろしくお願ひします。(上谷新田/A.Tさん/76歳)

使 古木材(4寸角)があります。運べる方、薪などにどうぞ。(山田/S.Kさん/79歳)

使...お使い下さい 探...探しています ※お使い下さい&探していますのコーナーの掲載期間は3回まで(生き物はご遠慮下さい)

## 教えてくださいコーナー

衣替えの時期ですが...

寒さも落ち着き暖かくなってきました。そろそろ衣替えを始める時期ですが、重たい服の片付けを楽にする工夫があれば教えてください。

(田間/R.Mさん/41歳)

孫と一緒に楽しめる遊び

最近、孫が遊びに来ることが増えました。いつもはお絵描きや折り紙などで遊んでいますが、他に家の中で一緒に楽しめる遊びがあれば教えてください。

(片貝/I.Yさん/62歳)

## お答えします! コーナー

おすすめの団子屋さん

(東新宿/S.Yさんからの質問)

私と娘の今一番のお気に入りをご紹介します。緑区あずみが丘にある和菓子屋さんで、みたらしや草団子などがあり一串に2個で少し大きめ。中にあんが入っていて皮はとてもやわらかでモチモチです。冷凍もあるそうです。私達が行った時はお店の外まで行列ができてご進物用にと買われる人もいました。

(清名幸谷/K.Iさん/75歳)

眺めながら食べるのもいいです。遊歩道も整備されているので、道の駅から歩いてお腹をすかせてから食べるのもアリです。今は桜や菜の花が咲いていて栗山川沿いを散歩すると気持ちいいと思うので春を感じながらお団子をぜひ食べてみてください。ちなみに和菓子も美味しいですよ。

(北之幸谷/U.Kさん/47歳)

九十九里町にある明治時代から続く老舗の和菓子店「勤治屋(かんじや)」さんです。人気の商品は、売り切れてしまうのが早いので、午前中の来店が良いと思いますよ。

(山口/I.Tさん/65歳)

創業明治30年の八街市にある「平林」安くて美味しいです。あんこと焼団子の2種類で売りきれたら閉店です。あと、種類の多さと変わったお

団子がある土気の「菓匠マルヤ」団子の中にあんこが入って

る(あずみ団子)も美味しいです。

(関下/S.Jさん/63歳)

私の一番のおすすめは「しつとりバナナケーキ」。卵1個、砂糖40g、サラダ油50cc、HM100g、バナナ1本、チョコチップ大さじ2。作り方はとても簡単で割った卵に砂糖・サラダ油・HMの順に加えてよく混ぜ、つぶしたバナナとチョコチップを加えてよく混ぜたらパウンド型に流し180℃のオーブンで30分焼く。マフィン型に入れたり、

毎月チケットプレゼントありがとうございます。やっと春らしい季節になりました。この季節の花粉は厄介ですが、お出掛けが楽しみになって

きました。春休みに孫とお出掛けする予定です。可愛いウサギがいるマザー牧場に行く予定です。菜の花も咲いている

でしょうね。皆さまも春休みを楽しみましょうね。

(下武射田/Mさん/65歳)

マザー牧場、当たるとい

いですね。

ガソリン高くなりすぎです。血圧たいへんなことになってしまいます。ガソリン価格上がらないように!

(台方/I.Hさん/73歳)

探しています&お使い下さい

正方形のこたつ布団一式。オレンジ色の座布団4枚。いずれも未使用品です。よろしかったらお使ください。(高津/S.Tさん)

使 秀月の7段飾り、古いですが丁寧に使ってきました。クリスマスツリー(180cm位)電飾と飾りすべてあります。両方お持ちいただける方、よろしくお願ひします。(上谷新田/A.Tさん/76歳)

使 古木材(4寸角)があります。運べる方、薪などにどうぞ。(山田/S.Kさん/79歳)

使...お使い下さい 探...探しています ※お使い下さい&探していますのコーナーの掲載期間は3回まで(生き物はご遠慮下さい)

## 皆様のご応募お待ちしております! としとしお寄せください。

こちらのコーナーで採用された方には、全員に粗品をプレゼントしております。

応募方法は第4面に掲載してあります。皆様からの素敵な投稿を、おハガキにてどしどしご応募ください。

※お便りの内容に関しては、読者の方からの投稿ですので、責任は負いかねます。予めご了承ください。

※お申し込みされた方にお近くの読売センターから、各種サービス、イベントのお知らせ等をお送りする場合がございます。

## お便り紹介

我が家の春の楽しみは、八鶴湖の桜をみて海辺を歩いて海風に当たることです。昨年は、まだ子供が歩いてなかったの

で抱っこ紐で花見など楽しみ

ましたが、歩けるようになったので手を繋いで楽しみたい

と思います。

(田間/T.Tさん/29歳)

八鶴湖、私も毎年行ってます。

私の一番のおすすめは「しつとりバナナケーキ」。卵1個、砂糖40g、サラダ油50cc、HM100g、バナナ1本、チョコチップ大さじ2。作り方はとても簡単で割った卵に砂糖・サラダ油・HMの順に加えてよく混ぜ、つぶしたバナナとチョコチップを加えてよく混ぜたらパウンド型に流し180℃のオーブンで30分焼く。マフィン型に入れたり、

毎月チケットプレゼントありがとうございます。やっと春らしい季節になりました。この季節の花粉は厄介ですが、お出掛けが楽しみになって

きました。春休みに孫とお出掛けする予定です。可愛いウサギがいるマザー牧場に行く予定です。菜の花も咲いている

でしょうね。皆さまも春休みを楽しみましょうね。

(下武射田/Mさん/65歳)

マザー牧場、当たるとい

いですね。

ガソリン高くなりすぎです。血圧たいへんなことになってしまいます。ガソリン価格上がらないように!

(台方/I.Hさん/73歳)

探しています&お使い下さい

正方形のこたつ布団一式。オレンジ色の座布団4枚。いずれも未使用品です。よろしかったらお使ください。(高津/S.Tさん)

使 秀月の7段飾り、古いですが丁寧に使ってきました。クリスマスツリー(180cm位)電飾と飾りすべてあります。両方お持ちいただける方、よろしくお願ひします。(上谷新田/A.Tさん/76歳)

使 古木材(4寸角)があります。運べる方、薪などにどうぞ。(山田/S.Kさん/79歳)

使...お使い下さい 探...探しています ※お使い下さい&探していますのコーナーの掲載期間は3回まで(生き物はご遠慮下さい)

## お便り紹介

我が家の春の楽しみは、八鶴湖の桜をみて海辺を歩いて海風に当たることです。昨年は、まだ子供が歩いてなかったの

で抱っこ紐で花見など楽しみ

ましたが、歩けるようになったので手を繋いで楽しみたい

と思います。

(田間/T.Tさん/29歳)

八鶴湖、私も毎年行ってます。

私の一番のおすすめは「しつとりバナナケーキ」。卵1個、砂糖40g、サラダ油50cc、HM100g、バナナ1本、チョコチップ大さじ2。作り方はとても簡単で割った卵に砂糖・サラダ油・HMの順に加えてよく混ぜ、つぶしたバナナとチョコチップを加えてよく混ぜたらパウンド型に流し180℃のオーブンで30分焼く。マフィン型に入れたり、

毎月チケットプレゼントありがとうございます。やっと春らしい季節になりました。この季節の花粉は厄介ですが、お出掛けが楽しみになって

きました。春休みに孫とお出掛けする予定です。可愛いウサギがいるマザー牧場に行く予定です。菜の花も咲いている

でしょうね。皆さまも春休みを楽しみましょうね。

(下武射田/Mさん/65歳)

マザー牧場、当たるとい

いですね。

ガソリン高くなりすぎです。血圧たいへんなことになってしまいます。ガソリン価格上がらないように!

(台方/I.Hさん/73歳)

探しています&お使い下さい

正方形のこたつ布団一式。オレンジ色の座布団4枚。いずれも未使用品です。よろしかったらお使ください。(高津/S.Tさん)

使 秀月の7段飾り、古いですが丁寧に使ってきました。クリスマスツリー(180cm位)電飾と飾りすべてあります。両方お持ちいただける方、よろしくお願ひします。(上谷新田/A.Tさん/76歳)

使 古木材(4寸角)があります。運べる方、薪などにどうぞ。(山田/S.Kさん/79歳)

使...お使い下さい 探...探しています ※お使い下さい&探していますのコーナーの掲載期間は3回まで(生き物はご遠慮下さい)

★お便りの内容・情報に関しましては、読者の皆さまからの投稿ですので、責任は負いかねます。予めご了承ください★

※お申し込みされた方にお近くの読売センターから、各種サービス、イベントのお知らせ等をお送りする場合がございます。

〒283-0063  
東金市堀上56-4  
Y C 東金中央・東金東部  
「未来満開」係