

ほがららが ページ

第43回老人福祉大会・市老連創立50周年記念大会

『伸ばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを』

8月20日、市民会館で第43回老人福祉大会と市老人クラブ連合会創立50周年記念大会が開催されました。大会は、

大会式典、講演、演芸発表の3部構成で行われ、市内の老人クラブ会員など約1000人が参加しました。



→会場が盛り上がった演芸披露

市老連前会長の森戸吉昭さんほか3人の退任にあたり感謝状を贈呈されたほか、西九州大学健康福祉学部長の倉田康路さんが『みんなを支える高齢化社会』と題して講演を行いました。演芸発表では、趣向を凝らした歌や踊りが披露されるなど、終始和やかな雰囲気の中、参加者は楽しいひとときを過ごしました。

また、玄関ホールでは、会員による作品展が開催され、手芸や書、陶芸などの力作が来場した人の目を楽ませています。

市内の男女最高齢者を塚部市長が訪問

南波多町 吉村カツミさん 山代町 高峰靖之さん

9月1日、市内における女性の最高齢者をそれぞれ塚部市長が訪問し、長寿を祝い記念品を贈りました。

女性の最高齢者は、南波多町の吉村カツミさん、105歳。カツミさんは、食欲もあり、体調も良好。特技は和裁で、若いころ独学で縫い方を習得し、よく近所の人から頼



→吉村カツミさん（105歳）

まれて着物などを縫っていたそうです。この日着ていた着物も自分で縫ったものだったか。また、料理が好きで、ぬか漬けを漬けたり、テレビの料理番組を見ては、自分で作ったりしていたそうです。そんな手先の器用なカツミさんの長生きの秘訣は、『自分で、常に耳や頭、手首などをマッサージすること』。塚部市長から記念品を受け取ると、元気な声で何度もお礼を言うておられました。

また、男性の最高齢者は、山代町の高峰靖之さん、103歳。食欲もあり、たいへんお元気そうな様子。若いころから常に規則正しい生活をされていて、芯のしっかり



→高峰靖之さん（103歳）

した性格であるという靖之さんの趣味は読書。仏教に関する本を読むのが日課で、部屋にはたくさんの本が積まれています。食事も好き嫌いがほとんどないという靖之さんの長生きの秘訣は、『人の噂はしない。自分のことは自分でしっかりやること』。お祝いに駆けつけたひ孫さんなど親族に囲まれうれしそうなお表情をされていました。また、塚部市長の手を握って感謝の気持ちを伝えておられました。

四季の詩

新米の天日干してふ旨さかな

伊萬里ホトトギス會 米岡 すみれ

虫の音の間に聞こゆる笛太鼓

祭りの近き長月の宵

伊万里白露短歌會 武富 千歳



みんなで広げよう『食のまちづくりの輪』

市は、食のまちづくり宣言を行い、事業者や皆さんと協働で、『食』を生かしたまちづくりに取り組んでいます。このコーナーでは、食に関する活動を行っているグループが監修した春夏秋冬のレシピを紹介します。

●問合先 男女協働・まちづくり課 (☎2115)

伊万里のレシピ No.7
春夏秋冬 味 自慢



おくunch料理の主役
栗おこわ

伊万里市食生活改善推進委員会発行
『いまりの郷土料理』より



材 料 (8人分)

- ・もち米(4合:600 グラム)
- ・湯(1/4 カップ:50cc)
- ・小豆(乾燥)(60 グラム)
- ・栗(皮をむいたもの)(280 グラム)
- ・塩(大さじ 1/2)
- ・砂糖(大さじ5と 1/2)
- ・小豆の煮汁(1/2 カップ:100cc)



作り方など

- ①もち米は洗って、一晩水に漬け、翌朝水を切ります。
- ②小豆は水からゆで、煮立ったらザルにあげ、ゆで汁を捨てます。再びたっぷりの水を加え、七分くらいの硬さに煮ます(この煮汁は、打ち水として使います)。
- ③沸騰した蒸し器に蒸し布を敷き、砂糖をまぶした栗の半分をのせ、中心にコップを伏せて置きます。
- ④米と小豆を混ぜたものを③の中に入れ、さらに残りの砂糖をまぶした栗をかぶせるようにおきます。
- ⑤コップを外してふたをし、強火で20分蒸します。
- ⑥おけに移し、②の小豆の煮汁と塩を混ぜ合わせて、打ち水として半分をごはんにかけ、切るように混ぜ、3~4分そのままおきます。
- ⑦蒸し器に戻して、強火で15~20分蒸します。
- ⑧さらにもう一度⑥のように打ち水をし、ふきんなどをかけて蒸らします。

食育ワンポイント

まつりと郷土料理 トンテントン祭りは、江戸時代に焼物の積み出し港として栄えた伊万里の発展とともに生まれた伝統行事です。伊万里神社の御神幸祭で、伊万里くんちとも呼ばれています。祭りの主な料理は、栗おこわ、菊花かぶ、煮ごみ、昆布巻き(こぐい)、煮しめ、甘酒などですが、現在はこのような料理を作る家庭は少なくなりました。中でも栗おこわは、『栗強飯(こわい)』ともいい、おくunch客の土産の定番でした。市内でも、地域や家庭によって作り方や味が若干違います。違いを楽しみながら、伊万里の郷土料理を味わい传承しましょう。

ほほえ美さん

なみ
佐々木 菜弥さん
(20歳)

- ★二里町西八谷揃
- ★しし座・AB型



- ★お仕事は 伊万里市農業協同組合東山代支所に勤務して2年目です★金融担当なのでお金の取り扱いにはとても気をつけています☀️お客様に自分が伝えようとしていることをしっかり伝えることができるよう頑張ります🌸
- ★趣味は 映画が好きです🎵ドライブも楽しいですね🎵
- ★好きな食べ物は 日本人はやっぱ白米🍚
- ★休日の過ごし方は 家でゆっくりしていることが多いですが、時々ドライブに出かけます(^^)
- ★好きな男性のタイプは 自分より15センチくらい長身の人👉

わが家の

アルバム

はると
山田 悠斗さん(11か月)

- ★かずまさ・あきこ
一正・秋子さんの長男
- ★つつじケ丘



お姉ちゃんといつも一緒に歩くのがとてもうまくなったね🌸保育園ではお友達をたくさん作って、元気に遊んでね👉

おかあさんからひとこ



ほくは家中を探検するのが好きなんだ🎵ソファアに上ったりもぐったり★ボール投げや理加お姉ちゃんとの追いかけっこも得意だよ🌸将来は野球選手か陸上選手になりたいな(^^)