

ほがらがが ページ

『ふれあい障害者文化祭』『ふれあいコンサート』開催

笑顔が輝く、交流の輪が広がる

3月1日、市民センターで、市ふれあい障害者文化祭とふれあいコンサートが開かれ、会場には多くの関係者が詰めかけました。

このイベントは、障害者（児）の体験発表や作品展示などを通じて、障害に対する市民の理解と関心を高めるとともに、障害者の自立と社会参加を促進するため、伊万里市



↑就労体験を発表する米田さん

手をつなぐ育成会などが毎年開催しているものです。

この日のコンサートでは、8団体が歌や演奏などを披露。観客からは惜しみない拍手が送られ、障害への理解が深まった1日となりました。



↑コンサートのフィナーレで合唱する障害者の皆さん。会場は一体感に包まれました。

百寿メダル贈呈 ついでにもお元気で

めでたく百歳の誕生日を迎えられた市内2人の高齢者を、3月17日と23日に塚部市長がそれぞれ訪問し、記念の百寿メダルを贈呈しました。

3月17日に訪問した久保田シキさんは、若いころは米作りが中心で、毎日、朝早く起



久保田 シキさん (脇田)

きて作業をしていたそうです。日課は散歩。天気が良いときには、家の周辺を1キロ以上歩くこともあるとか。また、数年前まではゲートボールも楽しんで参加していたそうです。

食欲もあり、食事は好き嫌いなく食べるというシキさんの長生きの秘訣は、『何でも食べ、適度な運動をすること』。この日、お祝いに駆けつけた老人会の人や親族に囲まれ、塚部市長にメダルをかけてもらうと、嬉しそうにほほえんでおられました。

3月23日に訪問した幸松武次さんは、80歳ごろまで米の精米や販売をしていたそうです。趣味は書道で、佐賀新聞社主催の書道展で特別賞をとるほどの腕前。2年ほど前ま



幸松 武次さん (山代町楠久)

で書いていたそうです。また、木に登って庭木をまめに手入れされるなど、多趣味。食事に気を遣い、大豆などの豆類やいりこを必ず食べるという武次さんの長生きの秘訣は、『よく噛むこと、そして腹八分』。入所中の施設のみなさんや親族に囲まれ、塚部市長にメダルをかけてもらうと、少し緊張した様子でほほえんでおられました。

四季の詩

梵鐘の一打いざなふ花ふぶき

伊万里ホトトギス會 西

なづな摘み幼遊びに作りあし
でんでんだいこの音懐かしむ

伊万里白露短歌会 田中

順子

文子



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.13
春夏秋冬 味 自慢



牛肉とすし飯の絶妙なコンビネーション
牛肉とごぼうの混ぜずし

『伊万里の食を豊かに』実行委員会発行
『伊万里食三昧』より



材 料 (5人分)

- ・米 (4カップ)
- ・ごぼう (150 グラム)
- ・牛肉赤身 (300 グラム)
- ・A【だし (1カップ)、砂糖 (大さじ4)、しょうゆ (大さじ4)】
- ・B【酢 (大さじ8)、砂糖 (大さじ4)、塩 (小さじ1)】
- ・白いりごま、青物 (少々)



作り方など

- ①米は洗ってざるにあげ、約 30 分おく。
 - ②ささがきにして水にさらしたごぼうと、2~3 等に切った牛肉を A の調味料の中に一度に入れ、強火で汁がなくなるまで煮る。
 - ③米と同量の水にだし昆布 10 等を入れ炊き上げる。
 - ④③に B を手早く混ぜ、②も入れて良く混ぜる。
 - ⑤器に盛りつけ、白ごま、青物を飾りにのせる。
- ☆疲れた体に栄養満点です。
☆ピクニックなどにもおすすめです。

食育ワンポイント

家族団らんの食卓パワー 食卓は家族のコミュニケーションを深める大切な場ですが、最近は一りで食事をする『孤食』が増えています。『一人で食べる子どもは、家族と食べる子どもと比べ、疲れやすくイライラすることが多い』という調査結果があります。忙しい季節ですが、ごはんはなるべく家族で食べ、栄養と元気を補給しましょう。

伊万里の
やんじ・ウオーカー

えぐち ともや
江口 智也 さん

(22 歳・南波多町井手野)

- ◆ 有限会社 西岡醤油店 (二里町)
- ◆ 平成 24 年 11 月 入社



- ◇ いろんな仕事をしていますがお客さんに醤油やみそを配達しています
- ◇ 仕事で大変なことは雨の日に商品をぬらさないようにすることです
- ◇ 目標 (仕事) はお客さんに信頼される社員になることです
- ◇ 自己PRをどうぞ
まじめで正直者です (笑)
- ◇ 趣味 読書
- ◇ 特技 お札の厚みを触っただけで、だいたいの金額がわかること
- ◇ 市民へ一言 西岡醤油が伊万里の家庭の味と胸を張って言われるよう頑張ります

わが家の

アルバム

くろかみ そうご
黒髪 聡心さん (1 歳 10 か月)



- ★憲治・由紀さんの長男
- ★つつじケ丘

少しやんちゃなところもあるけれど、おちからでよく笑って聡心くん♡その笑顔にいつも元気をもらっているよ♡健康で元気に、たくましく成長してね (^^)



ほくはジャングルジムやポールで遊ぶのが好きなんだ☆機関車トーマスもかっこいいから大好きだよ★こころお姉ちゃんと一緒にたもつと楽しいんだ♪これからも一緒に遊んでね♪