



波静かな庵ノ浦の入り口近くに、門柱に「千望庵」と刻字された家があります。現在は別人の住まいですが、昭和二十年代初めまで、大手の化粧小間物卸問屋・新免商店の別荘でした。流通業界再編統合で福岡の「サンビック」、次いで東京の「あらた」と合併する平成の初年まで、佐世保を代表する商社だったのが新免商店です。筑後柳川に生まれた秦幾太郎は、明治十九（一八八六）年、佐世保に軍港設置が決定した年、裸一貫で佐世保にやってきました。船の積荷を扱う小舟の舳で荷役の「こんぞ」として働き、後に天満町の老舗、丸善醤油に移りました。そこでの働きぶりが近所の新免商店の新免久次郎の目に留まり、久次郎は丸善の古賀社長に懇請して幾太郎を後継者に据えました。

歴史散歩



第508回

新免商店の千望庵（庵浦町）

明治二十二年、本通りとして発展する相生町に新免商店の支店を開店し、晴れて支店長に就任し、明治三十四年には、久次郎の妹千代を嫁にしました。大正三（一九一四）年には、常盤町に当時佐世保随一と呼ばれた木造三階建ての大店舗を構え、佐世保を代表する商社となりました。大正七年に海軍庵浦重油タンクが建設される時、設計者の山口長寛が新免の縁続きである関係から六百坪（約二千平方メートル）余りの土地を買入れ、防波堤や石垣を整備して作った別荘が「千望庵」です。佐世保からの客の送迎用に当時珍しかった自家用モーターボートを備え、メーカーの担当者などを招いての接待や海上遊覧を楽しみ、別荘前の砂浜にアサリを放流し、潮干狩りもしました。幾太郎は昭和七（一九三二）年死去。長男喜久郎はビルマで戦死しましたが、次男喜平次が跡を継ぎ、新免商店は昭和四十六年に九州一の実績を上げ、社屋は新造成の卸団地にありました。

筒井隆義



市長日記

1人1スポーツで健康づくり

先日、東部クリーンセンターを視察した際に、隣にある同センターの余剰エネルギーを利用した「エコスパ佐世保」を訪れました。

その中にある温水プールでは、多くの方が泳いだり、水中歩行したりされていました。水中歩行をされていた年配の女性に「いかがですか?」と声をかけてみると、その女性は「このプールで週に2、3回水中歩行をするようになって、膝の痛みが取れました。そしてこんなに元気になりました。年を取っても運動しなければね!」と笑顔で答えていただきました。

「老化現象は足から」といわれます。足の衰えは運動能力を低下させ、病気の要因をつくるといわれています。足の衰えを防ぐ手軽な方法は、ウォーキングや水中歩行など、酸素を取り入れながら行う有酸素運動が薦められています。自分の健康は自らつくらねばなりません。市民全員が「1人1スポーツ（運動）で健康づくり」をモットーに実践し、健康で元気な生活を楽しみましょう。

「スポーツの秋」です。あなたも、あなたのできるスポーツや運動をスタートしませんか!

佐世保市長 朝長 則男

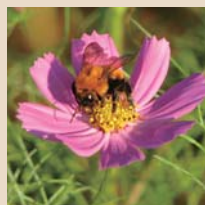


特産品等の宣伝と移動市長室を兼ねた新しい市長公用車と朝長市長

SASEBO

編集後記

掃除以外の家事をこなす息子が一時夢見ていたのは「専業主婦」になること。買い物袋から取り出した品物を手際よく冷蔵庫にしまい、フライパンを上手に操り「返し」までやってみせる姿は将来有望。あとは、掃除をしこめば立派な家庭人になれるそうです。「三つ子の魂百まで」。小さい頃から自然と身に付いた「男女共同参画」がずっと残っていくことを願っています。(W)



テレホンガイド

項目	担当施設等	電話番号	備考
医療機関の案内	市消防局	☎23-8199	
火災情報の案内	同上	☎0180-999-999	
子どもの総合相談	市役所子ども子育て応援センター	☎25-9705	平日 8時30分～17時15分
教育相談	青少年教育センター	☎22-0077	平日 8時30分～17時15分 毎月第3日曜13時～16時
女性相談	スピカ	☎24-6180	水曜・祝日を除く毎日、9時～16時
介護相談	市地域包括支援センター	☎23-5693(中央) ☎31-6767(東部) ☎47-2113(北部)	平日 8時30分～17時15分
医療安全支援センター(医療に関する相談)	保健所内・総務企画課	☎25-9723	平日 8時30分～17時15分
結婚相談	結婚相談所	☎23-9455	火・水曜、祝日、年末年始を除く毎日
一般相談・行政相談	市役所市民相談室	☎24-1111	
消費生活相談	市消費生活センター	☎22-2591	
ごみ分別などの問い合わせ	市廃棄物・リサイクル対策課	☎32-2428	平日 8時30分～17時15分
粗大ごみ受付センター	同上	☎46-5300	
不法投棄・焼却の発見など	同上	☎20-0660	
市営バスセンター(運賃、忘れ物などの問い合わせ)	交通局業務課	☎25-5112	7時15分～18時40分

※平日=土・日曜、祝日、年末年始を除く日

元気な朝ごはんレシピ

大根葉のヘルシーまぜごはん



<材料>4人分

- 大根の葉 100g (1～2本分)
- 豚もも肉 (鶏もも肉) 80g
- 生しいたけ 4枚
- うすあげ 2枚
- 高野豆腐 1/2個
- 白ごま 大さじ2
- 削り節 3g×2
- ごはん 500g
- スイートコーン 20g
- ごま油 (サラダ油) 大さじ1
- 酒 大さじ1
- 砂糖 大さじ1
- うす口しょうゆ 大さじ1

<作り方>

- 大根の葉は軽く塩ゆでし、水気を絞って粗みじん切りにする。高野豆腐は水で戻しみじん切りにする。他の具材もみじん切りにする。
 - ごま油 (またはサラダ油) で肉を炒め、火が通ったら他の具材を加えて炒め、最後に大根の葉を軽く炒め合わせる。
 - ②に調味料④を加え、味を調える。
 - ③に白ごまと削り節3gを加え、火を止めてごはんと混ぜる。
 - 皿に盛り付け、スイートコーンや残りの削り節で飾る。
- ①1人分の栄養価 熱量 370kcal、たんぱく質 13.0g、脂質 10.0g、塩分 1.0g
- ②大根の葉のシャキシャキした歯ごたえを残すために火を通し過ぎないように注意しましょう。大根の葉は青菜でも代用できます。



考えていただいた人=藤松カオルさん (田原町)
/平成19年度ヘルシークッキングコンテスト・一般部門最優秀賞