

「元気な朝ごはんレシピ」が、今月号から少しリニューアル。今年度のコンテスト入賞作品を1品ずつご紹介していきます。今回は新設部門により、晩ごはんのおかずにとびったりなレシピも登場します。取材時に試食しましたが、どれもおいしかったです。ご期待ください。ところでこれを取材に行った私とHさんですが、実はお料理が大の苦手。彩り良く盛り付けられていく作品を見ながら、感心するばかりの2時間でした。皆さんを見習って、少し努力しなきゃいけませんね…。下の写真は参加者の皆さんです。入賞、おめでとうございます！(N)



考えていただいた人
鴨川奈美さん
佐世保西高1年

さんまかば焼き缶の活用として考えました。「節タン」は、節約とカンタンを合わせて作った言葉です！

平成23年度ヘルシークッキングコンテスト
—お手軽朝ごはん部門最優秀賞—
節タン5分で完成ドン

- 材料・4人分
- さんまかば焼き缶 2缶
 - 玉ネギ 2個
 - 大根葉 60g
 - ちりめんじゃこ 12g
 - 紅しょうが 8g
 - きざみのり 4g
 - いりごま(白) 小さじ1
 - だしの素 小さじ1
 - ごま油 小さじ1
 - しょうゆ 小さじ2
 - ごはん 600g

作り方

- 玉ネギは薄くスライスする。
- フライパンにごま油と玉ネギを入れて炒め、しんなりとしてきたらだしの素を入れる。
- さんまかば焼き缶をほくして②に汁ごと入れ、しょうゆを加える。
- 小さく切ってさっとゆでた大根葉と、ちりめんじゃこを混ぜておく。
- 炊き上がったごはんに③④、きざみのり、紅しょうが、いりごまの順に盛りつける。



「歴史の歩み」は、江戸時代末期の安政元(一八四五)年ごろ、広田村は小森川を隔てて早岐村と接する宮崎免、その南の崎岡免、その東の浦川内免と重尾免の四免があり、それぞれに寺子屋式の塾が七カ所設けられていました。

面積も広い崎岡免には鯉ノ浦、千田、青山子屋敷、井福の四塾があり、明治五(一八七二)年、太政官政府の学制頒布を受けて、一村一小学校を設けることになり、最も進んでいた青山子屋敷塾を広田小学校とすることが決まったのです。

崎岡の人浜本卯藤治は文化十(一八一三)年生まれて、老いた母を背に負って孝養を尽くすかたわら、塩田を

営んで財をなし、貧しい人々に施しをする徳の高い人でした。彼の長男の教育は、針尾の儒学者、楠本碩水を招いて一年間、近隣の子弟とともに勉学させ、これが崎岡の教育の素地となったのです。

崎岡での広田小学校は、青山原九郎とともに広瀬俊一も教師となり、教室は近くの前川忠平宅に移り、児童は十人を教えました。この間、就学児の増加が予想されたので、村では新しい学校用地を探し、宮崎免の古川塾跡を買い取って新たな学校用地としました。

明治八(一八七五)年に広田小学校校舎が完成、崎岡から移転し、四つの免から通う児童数は明治十六年ごろ六十一人になりました。教科は時代とともに整備されて行きましたが、この時代でもなお、男子五十四人に女子七人と、まだまだ男尊女卑の気風が色濃く残っていました。



歴史の歩み
第556回

広田教育発祥之碑・崎岡町

撮影・文 ● 筒井隆義

お詫びと訂正 本紙10月号の特集(3P)で、「輸入した牛でも日本で3カ月以上育てると、国産牛と表示することができます」とあったのは、「輸入した牛については、飼育した期間が最も長いところ(国)が原産地(国)として表示されます」の誤りでした。農業畜産課からお詫びして訂正します。



市長日記「西海讃歌」と市民管弦楽団

9月19日、「團伊玖磨没後10年メモリアルコンサート」と銘打った佐世保市民管弦楽団第59回定期演奏会が、県合唱連盟佐世保支部との共催で市民会館大ホールで開かれました。この定期演奏会は、ここ数年、アルカスSASEBO大ホールで開催されていましたが、今回は管弦楽団・合唱団の皆さんの熱い思いで、交響詩「西海讃歌」が初演された思い出の会場、市民会館での開催となりました。

昭和44年に團先生が作曲された西海讃歌。初演の時の様子を「長崎県合唱連盟佐世保支部長 樋渡憲三記」では次のように記しています。「その夜、佐世保市民会館を埋めた佐世保市民はこの曲の素晴らしさに酔った。そして、打たれた。みんな目に涙をいっぱい溜めながら、惜しめない拍手を送った。アンコールでは、ス

テージ上のコーラス団員も、オケの団員も、感激の涙を流しながら演奏した」

今回の演奏会の聴衆は約1500人。会場は開演前からものすごい熱気に包まれ、みんなが初演の時のような感動を今か今かと期待しているかのように感じました。

演奏会では團先生が作曲された合唱組曲「筑後川」や童謡メドレー曲などが演奏され、そうした曲を聴くうちに、自分の幼いころを思い出しました。そして、いよいよ待ちに待った西海讃歌の演奏となりました。

42年前の初演の時の市民管弦楽団・合唱団のメンバーと、今回、演奏・合唱するメンバーは世代的に随分違うと思いますが、この日の西海讃歌も、樋渡先生が記している42年前と同じように、胸が熱くなる素晴らしい感動を多



「團伊玖磨没後10年メモリアルコンサート」
長崎新聞社提供

くの市民に与えてくれました。当然のことながら、会場の拍手はいつまでも鳴り止みませんでした。

おそらく30年後、50年後、100年後の演奏会でも、この西海讃歌は、演奏する人、合唱する人、そして聞く人に、ふるさとの名曲として、美しい感動を与え続けることでしょう。心に残る素晴らしい演奏会でした。

佐世保市長 朝長 則男

長寿社会課から 地域ぐるみで防ごう! 高齢者虐待の話

近年、高齢者の人権を侵害する「高齢者虐待」が増え、社会的な問題になっています。虐待をしている人は、意図的にしているとは限りません。介護をしている家族などが心身ともに疲労し、追い詰められ、その結果、自覚のないままに虐待をしてしまっていることも少なくありません。つまり、高齢者虐待は誰にでも起こり得る身近な問題なのです。

高齢者虐待の例

身体的虐待	殴る・つねる・蹴るなどの暴力、動かないように縛る など
心理的虐待	怒鳴ったり、ののしったりなどの言葉の暴力、無視して口をきかない など
経済的虐待	必要な金銭を渡さない・使わせない、高齢者の年金や預貯金を勝手に使う など
介護・世話の放棄・放任	必要な食事・入浴・排泄などの世話をしない、必要な治療を受けさせない など

高齢者の介護は考える以上に大変です。認知症の場合などは思いが伝わりにくいため、介護者はイライラしたり、大声を上げてしまうことも少なくありません。介護は長期にわたることが多いため、家族だけで頑張っても限界があります。悩みがある場合などは無理

せず、相談機関やケアマネージャーに相談したり、さまざまなサービスや制度を利用したりしてみてください。

高齢者虐待は、早い時期に第三者などが介入するなどして、虐待の悪循環を止めることも大切です。地域や介護保険施設などで虐待を受けている高齢者を発見したり、「虐待かもしれない」と思うようなことがあったりした場合は、地域包括支援センターや長寿社会課に連絡・相談してください。虐待を受けている高齢者本人が相談することもできます。

高齢者虐待を防ぎ、誰もが尊厳を持ちながら安心して暮らせるよう、正しい知識を持ち、地域ぐるみで高齢者や介護する家族を支援していきましょう。

相談・問い合わせなど

- 長寿社会課(高齢者虐待防止相談窓口) ☎24-1111
- 東部地域包括支援センター ☎31-6767
- 中央地域包括支援センター ☎24-1111
- 北部地域包括支援センター ☎47-2113
- 江迎・鹿町地域包括支援センター ☎73-1122