

📧 お便り

市民の方から寄せられた市政へのご意見や感想などを紹介します。

質問 広報させば 8月号の市長日記を見て、初めて九十九島が「世界で最も美しい湾クラブ」に加盟していることを知りました。他にはどのような湾が加盟しているんですか。

回答 「世界で最も美しい湾クラブ」はフランスに本部がある NGO (非政府組織) で、世界遺産のモン・サン・ミッシェル湾など世界 27 の国と地域、44 湾 (平成 30 年 10 月末時点) が加盟しています。日本では宮城県の松島湾、富山県の富山湾、静岡県駿河湾、京都府の宮津・伊根湾が加盟しており、九十九島も平成 30 年 4 月に加盟認定されました。本市ではこれからも国内外の加盟湾と協力・連携し、九十九島の魅力を発信していきますので、市民の皆さんのご協力をお願いします。



上段左から松島湾、富山湾、下段左から駿河湾、宮津・伊根湾

📞観光課 ☎ 24-1111

❓ 広報クイズ

問題の○に当てはまる文字等をお答えください。ヒントは紙面の中にあります。

- 問題 1** 11 月から宮支所と宮地区公民館からなる宮地区複合施設の○○○○改修工事を行います。
- 問題 2** 11 月 9 日 (土) ~ 15 日 (金) まで、秋季全国○○予防運動が全国一斉に実施されます。
- 問題 3** 子どもの無病息災を願い毎年 8 月 23 日、24 日に開催される○○千灯籠まつり。

「広報させば」満足度アンケート
次の①~④のうち、当てはまる番号をお答えください。
①大変良い ②良い ③不満 ④大変不満

応募方法
「はがき」か「Eメール」または「応募フォーム」に、①クイズの答え②「広報させば」満足度アンケートの該当番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号⑦広報紙へのご意見を書いて、10月22日(火)までに(消印有効)広報係へ。
※応募は1人1通、全問正解者の中から抽選します。発表は発送(11月中旬)をもって代えさせていただきます。
9月号の答え ①海きらら ②街ナビ ③ポイント 8月号の応募状況 217通(正解167・不正解49・無効1)

宛て先

はがき 〒857-8585 (住所不要) 佐世保市役所秘書課広報係宛て
Eメール hishok@city.sasebo.lg.jp (携帯電話からも可)



左記の画像を読み込むと応募画面が表示されます。

10月号プレゼント

広重展観覧チケット

ペア
10組



島瀬美術センターで10月26日(土)~12月8日(日)に開催する「広重展」の観覧チケットをペアで10組(20名様)にプレゼント!昔も今も愛され続ける広重の魅力をどうぞ体感してください。

📞島瀬美術センター ☎ 22-7213

シリーズ 地区自治協議会 会長さんに伺いました 16

「みんなが笑顔で暮らせる安全安心なまち」を目指して

日宇地区自治協議会 会長 片瀨 雅夫さん



烏帽子岳や日宇川などの自然にあふれ、「木場浮立」などの伝統芸能が残る日宇地区。人口約2万8千人が暮らすこの地区で「地道な努力の積み重ねが住民の皆さんの笑顔をつくるんです」と話すのは日宇地区自治協議会で会長を務める片瀨雅夫さん。9月に設立3周年を迎え、現在30の町内会や関係団体と連携し、住みよいまちづくりを目指しています。



毎年開催される「書き初め大会」の様子

近年、日宇地区では住宅地の開発が進んでいますが、一方で災害の恐れがある地域もあり、地域によって防災意識に差があります。そのため、今後の取り組みについて尋ねると、「地域間の温度差を無くし、同じ目標に向かって一つにまとめることが大切」と話し、「これまでの取り組みを継続しながら、みんなが笑顔で暮らせる安全安心なまちづくりを目指したい。そのために自治協が主体となって住民の皆さんが活躍できる場をつくっていききたいです」と笑顔で語っていただきました。

(取材日 8月23日)

栄養士のおすすめ減塩レシピ

さば缶のトマト煮



- 作り方**
- ①オクラはガクとうぶ毛を取り、ゆでてから斜めに2~3等分に切る
 - ②トマトは2cm角に切る
 - ③フライパンにAを入れて弱火にかけ、香りが立ったら②を加えて中火にし、2分ほど炒める
 - ④缶詰からさばの身を取り出して③に加え、軽く(2~3等分に)ほぐす。缶詰の汁とBを加えて4~5分煮る
 - ⑤器に④を盛り付け、①を添える
- ※分量が増えた場合は、炒める時間や煮る時間を少し増やしてください。

1人分の栄養価
熱量 249Kcal、たんぱく質 22.0g、脂質 13.8g
カルシウム 277mg、食塩相当量 1.5g

料理のポイント
缶詰を使うことで煮込む時間を短くできます。付け合わせのオクラを素揚げした季節の野菜(ナスやピーマンなど)に変えても彩りがきれいです。

- 材料 (2人分)**
- さばの水煮缶 1缶 (200g)
 - トマト (大) 1個 (200g)
 - にんにく 1片 (6g)
 - (あらみじん切り)
 - オリーブ油 大さじ 1/2
 - 塩 小さじ 1/4
 - 砂糖 小さじ 1
 - オクラ 2本