

📧 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 「食品ロス」に関心があります。佐世保ではどのくらいの食品廃棄があるのか、またどのような活動が行われているのかを教えてください。

回答 佐世保市の食品ロス量は年間 9,288t (平成 30 年度推計) で、毎日ごみ収集車 (2t) 約 13 台分のまだ食べられる食品が廃棄されており、そのうち約半分は各家庭から排出されています。

このような食品ロスをできるだけ発生させないようするため、佐世保市では家庭で余った食べられる食品を持ち寄り、必要とする人へ提供するフードドライブ活動を行っています。昨年 10 月から現在までに約 1t の食品を市民や企業から持ち寄って

いただき、市内のフードバンクや社会福祉協議会を通じて、こども食堂や生活に困っている人などへ提供しました。

ことし 10 月からは市内の食料品販売店や飲食店などから発生する食品ロスを少しでも削減するため、期限間近となった食品をお得に購入できるマッチングサービス「サセボタベスケ」を開始する予定です。詳しくは今後市 HP などでお知らせします。

日頃から私たち一人一人が「食品ロス」をなくす工夫をすることが大切です。できることから始めましょう。

📍廃棄物減量推進課 ☎ 32-2428

❓ 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

認知症とは、○の病気や障がいなどさまざまな原因によって、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態を言います。

問題 2

乳幼児の授乳やおむつ替えのために誰もが気軽に利用できる施設「○○○○○○」の設置に協力していただける事業者を募集しています。

問題 3

9 月 1 日 (水) からは、書類への押印を廃止して手続きを簡素化すると共に、新たに○○○○○申請システムを使ったサービスを開始し、皆さんがより簡単・便利に手続きできるようになります

「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、9 月 21 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 (10 月中旬) をもって代えさせていただきます。

8 月号の答え ①意思 ②ワーケーション ③飲食店 7 月号の応募状況 173 通 (正解 146・不正解 25・無効 2)

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。

9 月号プレゼント

5 名様

九十九島遊覧船乗船券



九十九島遊覧船の乗船券を 1 人につき 1 枚、5 名様にプレゼントします。九十九島の美しい景色をお楽しみください。

📍九十九島遊覧船事務所

☎ 28-1999

住人百色 35

九十九島の美しさを伝えたい 九十九島遊覧船 船長 平嶋 心さん



ことし 7 月に九十九島遊覧船の船長としてデビューを果たした平嶋心さん。子どもの頃から九十九島が大好きで、平成 27 年にさせばパール・シーに就職し、船内の売店スタッフとして働き始めました。

「いつか私も遊覧船を操船したい」。船長の仕事に憧れを抱いた平嶋さんは、当時相談していた船長から「夢を諦めずに免許取得を目指してみれば」と後押しされ、決意を固めます。売店スタッフから船長を目指すことに初めは心配する声もあったそうですが、平嶋さんは愛する子どものためにも夢を目指し、2 年間の乗船経験を経て、本年 2 月に 6 級海技士の免許を取得しました。取得に当たっては「仕事と勉強の両立は大変でしたが環境に恵まれました。操船の技術以外にも船の係留に必要なロープワークなどの力作業が必要で大変でした」と苦労も多かったそうです。

免許取得後もさまざまな訓練を重ね、7 月 16 日に初めて船長として操船した平嶋さん。「かじを握らせてもらった喜びと同時にお客さまの大切な命を預かることを実感し、とても緊張しました。九十九島は海岸が複雑に入り組み、操船が難しいため、風が強い日には手が震えることもありましたが」とこれまでの操船を振り返り、「安全に運航することはもちろん、なるべく船が揺れないようにスピード調整を心掛けています。乗船したお客さまには船の運転を気にすることなく、九十九島の風景や遊覧を楽しんでもらいたいです」と船長としてお客さまファーストの思いを話します。

今後の意気込みを尋ねると、「子どもにとって自慢のママであり、船長でありたいです。季節や気候によって毎回違った顔を見せる美しい九十九島の景色や良さを、これからもっとたくさんの人に見ていただきたいですね」と笑顔で答えてくれました。

(取材日 7 月 29 日)

栄養士おすすめレシピ

ワカメとエノキタケのじゃこ炒め



材料 (2 人分)

乾燥ワカメ	5 g	ごま油	小さじ 1
エノキタケ	40 g	いりごま	大さじ 1/2
ちりめんじゃこ	5 g	しょうゆ	小さじ 1/2

作り方

- ①乾燥ワカメは水で戻しておく
- ②エノキタケは石づきを除き、半分の長さに切る
- ③フライパンでごま油を熱し、エノキタケを炒め、乾燥ワカメ・ちりめんじゃこを加え、炒め合わせる
- ④しょうゆを回し入れ、いりごまをふる

1 人分の栄養価

熱量 46kcal、たんぱく質 2.7g、脂質 3.4g
カルシウム 110mg、食塩相当量 0.4g

料理の豆知識

ワカメと小魚を使ったカルシウムたっぷりの副菜です。生ワカメを使用する場合は、乾燥ワカメの 12 倍の量を目安にしましょう。

9 月は食生活改善普及運動の強化月間です

成人に必要な栄養素を摂取できる 1 日の野菜の量は 350g です。今回のレシピには海藻とキノコを使い、野菜同様にビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富な一品です。汁物の具として使用する時より、ワカメをたっぷり食べることができます。

