

イベントレポート 「SDGs フェスティバル」

5月13日(土)、14日(日)、「SDGs フェスティバル」を開催しました。SDGs(持続可能な開発目標)とは、世界中の環境や差別、貧困、人権などの問題を、2030年までにみんなで解決しようという取り組みです。当日は42社の企業が参加し、汚水を真水に変える装置の



利用や植林体験、発電体験など、各社が行っているSDGsの取り組みを紹介しました。参加者からは「子どもにも分かりやすく、SDGsに関心を持つことができました」などの声を聞くことができました。



最新の情報はこちらをご覧ください
(中央公園インスタグラム)

※このコーナーでは、昨年4月にリニューアルオープンした中央公園でのイベントや季節の見どころなどを紹介します。

公園だより「カノコユリ」

7月下旬、中央公園の芝生広場に咲くカノコユリが見頃を迎えます。カノコユリは市制施行100周年の際に「市の花」に制定された花です。めくれるように反ったピンクの花弁と「鹿の子斑点」が特徴のカノコユリを、ぜひ探してみてください。



今後のイベント

- 7月15日(土) よるマルシェ
- 7月29日(土)、30日(日) SASEBO JAM FESTIVAL

☎中央公園管理室 ☎ 37-8488

平時だからこそ 訓練ができています



「偵察中隊は離島や島しょへ、最初に上陸して水陸機動団の作戦に必要な情報の収集や処理をする部隊です」と話すのは、陸上自衛隊水陸機動団偵察中隊に所属する土山周一郎さん(27歳)です。

土山さんの斥候陸曹としての主な任務は、水陸機動団が上陸しても問題がないかなどを判断するために必要な地形や敵兵などの情報を収集することです。専用の車両や機械ではなく、合計で約50kgになる装備や荷物を背負い、自分たちの足で島しょ等を偵察します。

土山さんにとって印象深い仕事の思い出を尋ねると「海外で行った海からビーチに対して上陸する訓練で、日本と違ってサーフゾーン(崩れた波が押し寄せてくる部分)が大きく、また間隔も短いため、溺れそうになりながら訓練したことです」また「演習等を通して、日頃からの訓練が生かして任務が達成できたときにやりがい

陸上自衛隊水陸機動団 偵察中隊
3曹 土山 周一郎さん



約50kgの装備で歩行訓練を行う土山さん



取材時の様子を動画でもご覧ください

感じます」と話してくれました。最後に「自分たちは平時だからこそ訓練ができていますと考えています。自衛隊と水陸機動団の仕事や訓練については、分からないことなども多いと思いますが、温かい目で見守っていただけたらと思います」と、平和であることへの感謝の気持ちなどを話していただきました。

(取材日 5月22日)

利用者からの「ありがとう」の言葉が やりがいとモチベーションです



東浜町にある「特別養護老人ホーム 音羽の浜」で介護士として働く西海市出身の吉本怜哉さんと平戸市出身の綾香里桜さん。二人は共に介護士である家族の影響を受け、高校卒業後の昨年4月、同施設に就職しました。

「高校では工業系の勉強をしていたので、分からないことだらけでした。ただ、先輩方から丁寧に指導していただき、日に日にできることが増えていくことに、やりがいを感じます」と就職当初の苦労を話す吉本さん。同施設では、新入職員が仕事に慣れるよう、一人一人に先輩職員がインストラクターとして付き添い、業務の指導やサポートを行っています。

二人は日々の業務で、利用者の食事などの介助や見守りを行っています。綾香さんは「介護は人と人とのコミュ

特別養護老人ホーム 音羽の浜
吉本 怜哉さん
綾香 里桜さん

ニケーションなので、利用者さんに伝わる言葉選びや、できるだけ簡潔に伝えることを心掛けています」と話します。さまざまな利用者と接する中で、利用者に寄り添うことを大切にしていることが伺えました。

仕事でのうれしかったことを尋ねると、二人そろって「利用者さんから『ありがとう』と声を掛けてもらった時です」と笑顔で話してくれました。

最後にお互いがどのような存在か尋ねると、吉本さんは「同い年なのと同じタイミングで働きはじめたので、相談しやすく頼りになる存在です」と、綾香さんは「仕事だけでなくプライベートの話もできる関係で、日々情報共有しながら助け合っています」と二人の信頼関係と仲の良さを伺うことができました。

(取材日 6月6日)

手軽に作れるアイデアレシピ

さっぱりおにぎり



レシピはクックパッドでも紹介しています

材料(各4個分)

A	キュウリ	1本	B	プロセスチーズ	3個
	塩	0.5g		エダマメ(さや付き)	100g
	大葉	5枚		ご飯	200g
	梅干し	3個		ちりめんじゃこ	20g
	ご飯	200g		コーン缶	10g
	塩昆布	10g		白だし	大さじ4
	白ゴマ	小さじ1			

1個分の栄養価

おにぎりA 熱量 97kcal、たんぱく質 2.2g、脂質 0.6g、カルシウム 29mg、食塩相当量 1.3g
 おにぎりB 熱量 145 kcal、たんぱく質 6.6 g、脂質 3.4g、カルシウム 81mg、食塩相当量 1.7g

作り方(おにぎりA)

- 1 キュウリはスライスし、塩もみをして水気を切る
- 2 大葉をちぎり、梅干しをほぐす
- 3 ご飯に①②と塩昆布、白ゴマを混ぜ合わせ、4等分にして握る

作り方(おにぎりB)

- 1 プロセスチーズを角切りに切る
- 2 エダマメは加熱してさやから取り出す
- 3 ご飯に①②とちりめんじゃこ、コーン、白だしを混ぜ合わせ、4等分にして握る

◎令和4年度ヘルシークッキングコンテスト 主食部門 最優秀賞



考えていただいた人
岡野有希さん(佐世保商業高等学校3年・当時)
料理のワンポイント
さっぱり食べられるように大葉や梅干しを入れました



新築分譲 マンション 「ランドアーク島瀬」

マンションギャラリー公開 [完全予約制]

予約申込 ▶ [お問い合わせ]
 ランドアーク株式会社 ☎ 0120-24-8380
 〒857-0876 長崎県佐世保市塩浜町8番50号
 ランドアーク五番街1F
 営業時間 / AM10:00~PM6:00
 (毎週火・水曜日定休 ※祝日を除く)

7/30(日)土用の丑の日

蒲焼き・お弁当ご予約承ります

- ◆蒲焼き・白焼き(各1本) 4,200円(税込)
- ◆丑特(8切れ)..... 4,300円(税込)
- ◆丑松(6切れ)..... 3,300円(税込)
- ◆丑竹(4切れ)..... 2,150円(税込)



鰻さすが
 (0956)25-5539
 佐世保市天満町1-4
年中無休
 営業時間 11:00~22:00
 (オーダーストップ21:30)
 数に限りがございますので、早めのご注文お願い致します。