

佐世保中央公園リニューアル2周年

佐世保中央公園は4月1日でリニューアル2周年を迎えます。日頃から公園施設を利用し、イベントに足を運んでいただきありがとうございます。令和6年度も「市民と共にそだてる」をテーマにイベントなどの取り組みが行われますので、今後も佐世保中央公園へお越しください。

開花情報

3月中旬から桜の開花が始まり、公園も春の装いに変化します。「佐世保の中心で花を咲かそう」プロジェクトで子どもたちと一緒に植えたチューリップも開花予定です。色とりどりの佐世保中央公園を見に来てみませんか。



今後のイベント

- 3月16日(土) 15時～
よるのワークショップ
- 3月23日(土) 10時～
トレジャーフォレスト
- 3月18日(月)～4月5日(金) 10時～16時
BBQ 場平日オープン利用受け付け



予約など、詳しくはこちらをご覧ください
(NAKIRI SCAPES)



最新の情報はこちらをご覧ください
(中央公園Instagram)

中央公園管理室 ☎ 37-8488

佐世保で頑張る若者紹介 22

家族がいるから頑張れる
黒島を水揚げ量佐世保1位に

「漁師の祖父や父の姿を見て漁師の道に進みました」と話すのは、生まれ育った黒島で漁師をしている立石源二郎さんです。

佐世保市相浦漁業協同組合 黒島支所
漁師 立石 源二郎さん
優花さん

は父が漁に出なければ私も出られませんでした。今では自由に行きたいときに船を出せます。頑張った分だけ魚が捕れることにやりがいを感じます」と話します。

立石さんは普段夜に出漁し、朝方帰ってくる昼夜逆転の生活を送っています。妻の優花さんは「子どもが保育園にいる昼間などに刺し網に使う網を繕うなど、手伝えることをしています」、続けて源二郎さんは「妻には感謝しかないです。家族がいるので頑張れます」と家族の絆を感じる様子が伺えました。

今後の目標を尋ねると「島の高齢化と共に水揚げ量も下がっています。自分たちの頑張り次第で変わると思うので黒島を水揚げ量佐世保1位にしたいですね」と夫婦仲睦まじい様子で話してくれました。(取材日 1月25日)



取材時の様子を
動画でもご覧ください



現在は、妻の優花さんと二人三脚で漁業に取り組んでいます。

小学生の頃から手伝いで船に乗っていた立石さんは、水産科の高校に進学後、船舶免許などの資格を取得しました。独立前はお父さんの漁船に同乗し指導を受けていたようで、その頃の心境を尋ねると「父の技を盗めば父のような漁師になれると思いました。父は口数が多くなかったので教えてもらうというよりも、見て技術や漁をする場所などを覚えました」と話します。

現在、立石さんは、お父さんと同様に刺し網とイカ釣りを専門に行っています。仕事について「自分の船を持ち独立してから自由に仕事ができる幅が広がりました。今まで

基地のお仕事紹介 18

女性もさまざまな場所で
仕事ができることを示したい



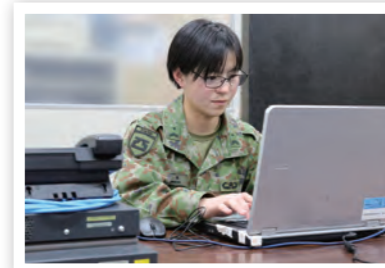
「高校生の頃、少林寺拳法部として地元の祭りに参加した時に、自衛隊の広報官に声を掛けられ、駐屯地を見学したことが入隊のきっかけです」と話

すのは、陸上自衛隊 第321基地通信中隊に所属する兵庫県出身の福本彩花さんです。

福本さんは駐屯地内の各部隊から依頼される要望に合わせて、ネットワークの通信線を引いたり、システム設定をしたりして通信環境を維持・運営する業務を担うほか、格闘訓練の指導官をしています。

仕事について何うと「通信線を引くのに30分程で終了することもあれば、天井の裏や建物の間に線を通すなど大掛かりになるものは作業が丸1日かかることもあります。高所作業もあり、初めて電柱に登った時は怖かったです。また、障害時の対処方法は先輩から聞いたり勉強したりするなど、日頃から意識しています」と話します。

陸上自衛隊 西部方面システム通信群
第102基地システム通信大隊 第321基地通信中隊
2等陸曹 福本 彩花さん



電話の通信設定を行う福本さん



取材時の様子を
動画でも
ご覧ください

また格闘指導官として「女性隊員が増えていますが、女性に格闘を教えられる人が少なかったため、身近で教えられる存在になりたいと思い志願し指導官になりました。後輩には格闘の指導だけでなく、女性ももっとさまざまな場所で仕事ができることを示していきたいです」と、先輩隊員として頼もしい話を聞かせてくれました。

(取材日 1月22日)

一皿で主食・主菜・副菜がそろったレシピ

黄金のちやぽトマトロフィー



作り方

- ①玉ネギは薄切り、ピーマンは輪切り、ベーコンは1cm幅に切る
- ②トマトの上部を切り、中をくり抜き、トマトの器を作る
- ③フライパンでサラダ油を熱し、目玉焼きを作る
- ④目玉焼きを取り出した③のフライパンで①を炒める
- ⑤玉ネギがしんなりしてきたら、②のトマトの中身とAを加えて味を整える
- ⑥⑤にちゃんぽん麺を入れ、炒め合わせる
- ⑦トマトの器に⑥を入れ、目玉焼きを乗せて完成

◎令和5年度ヘルシークッキングコンテスト 卵部門 最優秀賞

考えていただいた人



山崎葵生さん(宇久高等学校2年・当時)

料理のワンポイント

くり抜いたトマトを加えることで、ケチャップの量を減らし、ヘルシーに仕上げています

材料(1人分)

玉ネギ	中 1/4 個	A	ケチャップ	18g
ピーマン	中 1/2 個		砂糖	1.5g
ベーコン	20g		おろしニンニク	5g
トマト	中 2 個		無塩バター	5g
サラダ油	小さじ 1/2		ちゃんぽん麺	1袋
卵	1 個			

1人分の栄養価

熱量 571kcal、たんぱく質 21.7g、脂質 17.5g、カルシウム 83mg、食塩相当量 1.9g

祝事、法要、接待ご予約承ります

創作料理 **KAORI** 大切なお客様の接待に...

[2名様から24名様まで個室完備] 詳しくはお問い合わせください。

ゆったりとした空間の中で素敵なひとときをお過ごしください。
昼のお食事 2,200円より
夜の懐石 6,600円より(税込)

大野	国道	島瀬
中央保健福祉センター	古賀文具	旧県北会館
●佐世保警察署	●ハーモニカ	まきぎ



人とエネルギーで佐世保のミライを変える

西部ガス佐世保株式会社

佐世保市万津町7番36号 TEL0956-23-5931
https://www.saibugas.co.jp/sasebo/

