

山人を見つめる優しい目

おばあちゃんの自慢の孫は

ことし、ヤモード祭りの「山人」を務めました。

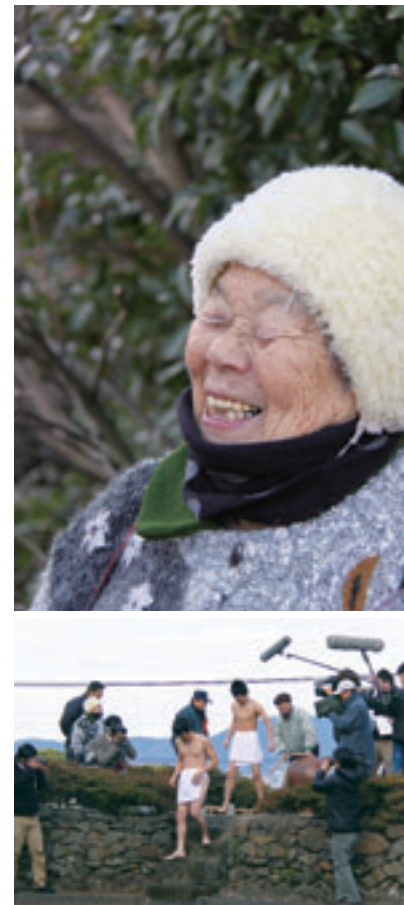
朝、まだ薄く氷が張ったため池で身を清めた後、神社の鳥居に上り、大勢の大人たちと一緒に鳥居の大しめ縄を架け替えます。

身を切るように冷たい池の水で、みそぎをする孫を少し離れたところから目を細めて見ていたおばあちゃん。「うん。ようがんばった!」と、とても嬉しそうでした。

平成24年1月 淀姫神社

ヤモード祭り(松原町・矢峰町)

県指定無形民俗文化財。毎年1月26日に松原・矢峰両町の氏が前年に収穫した稲わらを持ち寄って大しめ縄を作り、鳥居に架けて五穀豊穡を祈願する。100年以上続く行事であり、松原・矢峰両町在住で、両親が健在な青年2人が「ヤモード」となって行事を司る。



鶏と大根のさっぱり煮

材料・4人分

| | | |
|---------|------|--------|
| 鶏肉(手羽中) | 12本 | |
| 大根 | 1/2本 | |
| 卵(M玉) | 4個 | |
| A | 砂糖 | 大さじ2 |
| | しょうゆ | 大さじ2 |
| | みりん | 大さじ1/2 |
| | 酢 | 大さじ2 |
| | 酒 | 大さじ1 |
| | 水 | 100ml |
| 油 | 小さじ1 | |

作り方

- ①大根は皮をむいて、2cmくらいの厚さに切り、下ゆでしておく。卵はゆでて殻をむいておく。
- ②鍋に油を入れて鶏肉を炒める。
- ③②に①の大根を加えてAを入れ味付けし、①のゆで卵も加えて味をなじませる。

- 1人分の栄養価
熱量284kcal、タンパク質19.6g、脂質16.5g、塩分1.6g



考えていただいた人
崎山大さん(日野中2年)

酢をたっぷり入れてもおいしいです。時間がないときは、うずらの卵でもおいしくできます。



平成23年度
ヘルシークッキングコンテスト
「おふくろの味部門」審査員奨励賞

お便り

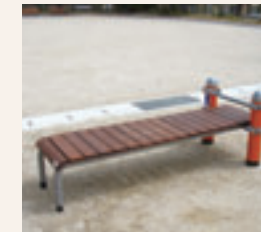
市民の皆さんからのお便り、市政への質問などをご紹介します。

質問 市内に健康器具を設置している公園はありますか？

回答 本市では市民の皆さんがくつろいだり、体を動かしたりできるように、さまざまな器具を設置しています。そのうち成人の健康増進用の器具を設置している公園は右記のとおりです。本市では今後も地域住民の皆さんなどのご意見を尊重しながら、親しまれる公園づくりに取り組んでいきますので、どうぞご利用ください。
◎公園緑地課 ☎24-1111



懸垂バー(尾崎公園)



腹筋ベンチ(花高第三公園)

健康器具を設置している公園

- 尾崎公園(早苗町266-1)
腹筋ベンチ、平均台、懸垂バー
- もみじが丘第二公園(もみじが丘町20-1)
スイング懸垂バー、ボールキック、回転平均台、ランニングクーラーなど
- 花高第三公園(花高4丁目110-142)
背伸ばしベンチ、腹筋ベンチ
- テクノパーク第二公園(三川内新町27-23)
ポディーツイスト、懸垂トレーナーなど
- 佐世保ニューテクノパーク公園(崎岡町2720-10)
パラレルスロープ、平均台、腹筋ベンチ、背伸ばしベンチなど
- 木場田公園(木場田町1000-6)
背伸ばしベンチ、脇ストレッチベンチ
- 大黒公園(大黒町62-6)
上半身ひねり、斜め懸垂バー

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

本市では地震による建物倒壊を防止し、市民の生命を守るため、耐震○○や耐震改修工事等の一部助成を行っています。

問題2

本市の取り組みや催しなどの情報を気軽に入手できる「○○○○○」を使った情報発信を開始しました。

問題3

10月25日(金)～29日(火)、ハウステンボスをメイン会場として開催される「○○の祭典inながさき」(第10回全国和牛能力共進会長崎県大会)。

応募方法

「はがき」または「Eメール」に、①答え②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥広報紙へのご意見を書いて、3月23日(金)までに(消印有効)広報係へお送りください。
※応募は1人1通。全問正解者の中から抽選します。
紙面の都合上、発表は発送をもって代えさせていただきます。



「カンコロモチスティック」

(10本入り・1,150円相当)を5人に!
長崎の伝統菓子・かんころ餅を「切らずに」「焼かず」「食べたい分だけ」食べられる新商品。昨年、長崎県特産品新作展で優秀賞を受賞しました。プレーン味と紫芋味の2種類があり、冷凍保存で、自然解凍してすぐ食べられます。
製造・販売 草加家(重尾町210 ☎38-3808)

2月号の答え ①住民票 ②センサス ③競技会
1月号の応募状況 225通(正解220通・不正解4通・無効1通)

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