

## ねんりんピック長崎2016 大会ボランティア募集!



ことし10月、第29回全国健康福祉祭ながさき大会(愛称:ねんりんピック長崎2016)が開催されます。全国から集まる選手や関係者の皆さまなどをおもてなしの心で温かく歓迎するとともに、大会の円滑な運営を図るため、佐世保駅や県立総合運動公園などで活動していただく大会ボランティアを募集しています。

※詳しくはお尋ねください。

募集人数 1,430人程度(長崎県全体で)

応募・問い合わせ

ねんりんピック長崎2016実行委員会事務局

☎095-895-2485

### ねんりんピック長崎2016

ねんりんピックとは、60歳以上の人を中心としたスポーツと文化の全国大会で、長崎県では初開催となります。本市でも3種目の交流大会を開催し、全国からたくさんの選手や関係者をお迎えします。佐世保の魅力を伝えるため、さまざまなおもてなしの準備に取り組んでいきますので、市民の皆さんのご協力をお願いします。

#### 佐世保市開催種目

- テニス(総合グラウンド庭球場)  
10月16日(日)、17日(月)
- 太極拳(体育文化館)  
10月16日(日)
- ダンススポーツ(東部スポーツ広場体育館)  
10月16日(日)



☎ねんりんピック推進室 ☎37-1725

### ヘルシークッキング

## 根菜のクリーミー白あえ風サラダ



#### 材料(2人分)

サツマイモ	70g	練りゴマ	大さじ1
ニンジン	40g	砂糖	大さじ1/2
レンコン(水煮)	55g	薄口しょうゆ	小さじ1/3
ブロッコリー	45g	塩	小さじ1/3
絹ごし豆腐	100g		

#### 作り方

- ① サツマイモは皮付きのまま1cmの厚さの輪切り(大きい場合は半月切り)にして水にさらす。皮をむいたニンジンとレンコンは乱切りにし、サツマイモと一緒に鍋に入れ、かぶるくらいの水を加えてゆでる
- ② ブロッコリーは塩少々(分量外)を加えた熱湯でゆでて小房に分ける
- ③ 豆腐は耐熱容器に載せて600Wの電子レンジで1分30秒ほど加熱し、ペーパータオルに包んで水気を切り、あら熱を取る
- ④ ボウルに練りゴマ、砂糖、薄口しょうゆ、塩と③を入れて、泡立て器などで豆腐を崩しながら混ぜ合わせる。①②の野菜を加えて全体をあえ、器に盛り付ける



考えていただいた人  
池本菜緒佳さん(国際大学4年・当時)

●料理のワンポイント  
野菜を大きめに切ると歯ざわりが楽しめます。また、見た目のボリュームもアップします。

- 1人分の栄養価 熱量162kcal、タンパク質6.1g、脂質5.8g、カルシウム146mg、塩分1.2g
- 平成27年度ヘルシークッキングコンテスト 優秀賞

## お便り

市民の方から寄せられた市政への質問などに回答します。

**質問** 佐世保市の「空き家バンク制度」について教えてください。

**回答** 空き家バンク制度とは、賃貸や売却を希望する空き家の所有者の皆さんから情報を集め、居住を希望する人に空き家情報を提供するものです。近年、人口減少や高齢化の進展などにより空き家が増加し、地域の問題となっています。地域コミュニティやまちの活力が低下する恐れがあるだけでなく、適正に管理されない場合には倒壊や火災などの危険があるほか、衛生や景観の悪化など、地域の生活環境にも悪影響を及ぼすことがあります。

そのため、本市では活用できる空き家の流通・活用促進を目的に、空き家情報の提供を

行っています。また、佐世保での暮らしに関することや、移住者向け生活支援制度などの情報も併せて発信します。

空き家所有者の皆さんや、佐世保市内の物件を探している皆さんはぜひこの制度をご利用ください。

空き家バンク・移住定住情報サイト  
「させぼ暮らし」  
<http://www.sasebo-kurashi.jp/>



☎都市政策課 ☎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

国では若い世代の就労、出産の希望をかなえるとともに東京一極集中を是正し、地方で豊かな暮らしを実現することを目指す「○○創生」を呼び掛けています。

#### 問題2

「みかわち焼窯元○○○○祭り」では、このはまぜんに深く感謝の意を表するため、毎年、祭りの初日に陶祖神社で供養を行っています。

#### 問題3

ことし10月、第29回全国健康福祉祭ながさき大会(愛称:○○○○ピック長崎2016)が開催されます。

#### 「広報させぼ」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」または「Eメール」に、①クイズの答え②「広報させぼ」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、4月22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。発表は発送(5月中旬)をもって代えさせていただきます。

3月号の答え ①みかわち ②コンビニ ③俵ヶ浦 2月号の応募状況 274通(正解255・不正解17・無効2)

### 4月号プレゼント クルーズバス「海風」乗車券と「パールフィーン」(または「みらい」)乗船券セットを5組に!



本紙30ページでも紹介している市内周遊クルーズバス「海風」と、九十九島遊覧船「パールフィーン」「みらい」のどちらかに乗船できるチケットをセットにしてペア5組にプレゼント。春の行楽シーズンに佐世保を満喫してみませんか。

☎佐世保観光コンベンション協会 ☎22-6630

●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](mailto:hishok@city.sasebo.lg.jp)  
(携帯電話からも可)