

ほがらがが ページ

高校生と地元ボランティアによるカブトガニ保護活動

カブトガニの産卵を前に清掃活動

『生きている化石』と言われるカブトガニの産卵期を前に、国内最大の生息地とされる多々良海岸で、6月23日に市カブトガニを守る会が、7月1日に伊万里高校が、7月20日に牧島のカブトガニとホテルを育てる会が、それぞれ清掃活動を行いました。

これは、カブトガニの保護活動として、毎年この時期に地元のボランティアや伊万里高校の生徒が行っているもので、海岸に漂着している多くのアシをはじめ、プラスチックや空き缶などのごみを拾い集めています。

7月1日に清掃活動をした伊万里高校生は、理化・生物



↑ 海岸へ漂着したごみを回収する伊万里高校の生徒

部と3年生約80人が参加。汗を流しながら、一つ一つごみを回収し、カブトガニを迎える準備を整えていました。

百寿メダル贈呈 ついでにも お元気で

めでたく百歳の誕生日を迎えられた市内の3人の高齢者を塚部市長が訪問し、記念の百寿メダルを贈呈しました。

6月24日に訪問した鶴田キクノさんは、思い立ったら自分が率先して行動する性格で、しっかり者でがんばり屋さん。老人会などのお世話のほか、和裁もされていたそうです。柔らかい食事は好まないというキクノさんの長生きの秘訣は、3食しっかり噛むこ

と。市長にメダルをかけてもらうと、入所中の施設の皆さんや家族に祝福され、幸せそうな表情をされていました。

同じく、24日に訪問した西山芳子さんは、何事に対しても気持ちをやつたり持つことが長生きの秘訣だとおっしゃるとおり、穏やかな性格で、農業に励むかたわら友人と旅行をするのが趣味だったそうです。百寿メダル贈呈を自宅で迎えることを楽しみにされ

ていた芳子さん。お祝いに駆けつけた家族に囲まれ、市長にメダルをかけてもらい、とても喜んでおられました。

7月18日に訪問した井手メグミさんは、芯が強く、社交的な性格で、ゲートボールは県大会に出場するほどの腕前だったそうです。食欲も旺盛だというメグミさんの長生きの秘訣は、好き嫌いなく何でも食べることに。お祝いに駆けつけた親族に囲まれ、市長にメダルをかけてもらうと、少し緊張した様子で、幸せそうに微笑んでおられました。



鶴田 キクノさん
(南波多町井手野)



西山 芳子さん
(東山代町東久保)



井手 メグミさん
(南波多町谷口)

四季の詩

咲き続くことの哀しき水中花

伊萬里ホトトギス會

久富千栄子

めぐり来し悲しみの夏原爆忌

よも忘れまじあのキノコ雲

伊万里白露短歌会

中西

信行



みんなで広げよう『食のまちづくりの輪』

市は、食のまちづくり宣言を行い、事業者や皆さんと協働で、『食』を生かしたまちづくりに取り組んでいます。このコーナーでは、食に関する活動を行っているグループが監修した春夏秋冬のレシピを紹介します。

●問合先 男女協働・まちづくり課 (☎2115)

伊万里のレシピ No.5
春夏秋冬 味 自慢



おやつ感覚で食べられて子どもたちも大喜び

牛肉と梨の焼き春巻

『伊万里の食を豊かに』実行委員会発行
『伊万里食三昧』より



材 料 (5人分)

- ・梨 (200 グラム)
- ・砂糖 (20 グラム)
- ・シナモン (少々)
- ・レーズン (20 グラム)
- ・牛肉 (80 グラム)
- ・塩、こしょう (少々)
- ・マーガリン (適量)
- ・小麦粉 (適量)
- ・春巻の皮 (6~8枚)
(4つに切る)
- ・水・小麦粉 (適量)



作り方など

- ①梨はコロコロに切って砂糖を入れて煮る (水は入れなくて良い)。シナモン、レーズンを入れる。
- ②牛肉もコロコロに切り、小麦粉をまぶしてマーガリンで炒める。塩、こしょうをする。
- ③①と②を合わせ、春巻きの皮で巻く。水で溶いた小麦粉で巻き終わりをとめる。
- ④フライパンにマーガリンを入れて、両面をカリッと焼く。

食育ワンポイント

生活リズムを整えましょう ①食事やおやつの時間は決まっていますか？ 食事が不規則になったり夜更かしをしたりすると、体のリズムが乱れ、体調を崩す原因になります。特に、血圧は影響を受けやすいものです。
②食事抜きや間食は肥満のもと！ 食事が不規則だと、つい手軽なお菓子やジュースなどに手が伸びてしまいます。『だらだら食い』やテレビを見ながらの『ながら食い』も肥満の原因です。また、口の中に食べ物が入っている時間が多くなり、むし歯や歯周病になるリスクが高まります。

ほほえ美さん

たかぎ けい
高木 圭さん
(26歳)

- ★東円蔵寺
- ★おひつじ座・A型



- ★お仕事は 看護師として山元記念病院に勤務して8年目です★命の尊さと、周りの人や家族のありがたさを学びました(^^)患者さんと対等な立場で、常に笑顔で接するよう頑張っています*
- ★趣味・特技は 野球観戦と中学から続けているトロンボーンです♪
- ★休日の過ごし方は 月に数回はドームで野球観戦です★トロンボーンも時間を見つけて練習しています*
- ★好きな食べ物は 甘いもの(和菓子・洋菓子)全般♪
- ★好きな男性のタイプは 好きになった人♥

わが家の

アルバム

おおえ 大江のいさん (2歳4か月)

- ★なおと あすか
★直人・飛鳥さんの二女
- ★二里町東八谷掬



おかあさんからひとこと



いつも元気で周りを笑顔にしてくれるのいちゃん♥お姉ちゃんとなつてくれたらうれしいな(^^)

私は歌を歌ったりおままごとをしたりするのが好きなの☆プリキュアごっこも大好き♪毎日何回も変身してるのよ♪これからものおお姉ちゃんとうつと一緒に遊びたいな*