

# ほがらがページ

## 百寿メダル贈呈 いつまでも お元気で

めでたく百歳の誕生日を迎えられた市内6人の高齢者を、12月21日と1月14日に塚部芳和市長が、1月5日に樋口哲也長寿社会課長が、1月7日に深江俊文市民部長がそれぞれ訪問し、記念のメダルを贈呈しました。

■12月21日に塚部市長が訪問した土井ツヨさんは、明るく朗らかな性格。歌や踊りが大好きで、老人会などでは周りを盛り上げる人気者です。若いころは夫の製材所の手伝いや、磯ガキ採りをして家族を支えていたそうです。刺身など海のが好きでお酒も少ししたしなむとか。長生きの秘訣は、『くよくよしないこと』。



↑ 土井 ツヨさん (山代町楠久津)

■1月5日に樋口長寿社会課長が訪問した前川トキヨさんは、辛抱強い性格。若いころは、洋裁や菊の生産で生計を立てながら子どもを育て上げたそうです。特に菊の栽培が得意で、出展した町内のコンテストで毎回入賞するほどの腕前だったとか。長生きの秘訣は、『好き嫌いせず何でも食べる』。



↑ 前川 トキヨさん (波多津町木場)

■1月7日に深江市民部長が訪問した前川ハツミさんは、体を動かすのが大好き。10歳から農作業で鍛えたその体は丈夫そのもので、これまで大きな病氣はしたことがないとのこと。5人の子どもが独立したあとは、近所の仲間とゲートボールに通っていたそうです。長生きの秘訣は、『よく遊び、よく寝ること』。



↑ 前川 ハツミさん (大川内町市村)

■1月14日に塚部市長が訪問した佐藤スミさんは、人とかかわるのが好きで、誰からも頼られる存在。毎日の家事のかたわら、婦人会のお世話や栄養教室の運営を引き受けていたそうです。習字の腕前も

見事で、教室を開いて近所の子どもに教えていたとか。長生きの秘訣は、『栄養バランスを考え、少食を心掛けること』。



↑ 佐藤 スミさん (山代町鳴石)

■1月14日に塚部市長が訪問した竹村オトエさんは、人話するのが好きで、社交的な性格。今も老人クラブの集まりに参加して、カラオケで歌っ



↑ 竹村 オトエさん (二里町東八谷搦)

たり旅行したりしているそうです。料理も上手で、以前は食堂を経営していたほど。得意料理は煮物だとか。長生きの秘訣は、『何事も大らかに、あまり悔やまないこと』。



↑ 中野 操さん (渚)

### 四季の詩

白魚に 破顔の恩師 惚びけり  
 冬日和 土手にふんわり 綿ぼうし  
 思い出させる 白サギ一羽  
 伊万里白露短歌会 古賀 平  
 伊萬里ホトトギス會 大久保 花舟



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します。

● 問合せ先 男女協働・まちづくり課 (☎ 2115)

伊万里のレシピ No.23  
春夏秋冬 味 自慢



手軽に作れる旬の一品

きんかんの甘露煮

伊万里・西松浦農山漁村女性グループ研究会発行『ふるさとの香りを伝える手づくりおやつ』より



材 料 (4人分)

- ・ きんかん (500 グラム) ・ 水 (適量)
  - ・ 砂糖 (100 ~ 250 グラム)
- ※ 砂糖は好みで加減してください



作り方など

- ① きんかんは洗って、包丁で縦に切り目を入れておく。  
※ つまようじなどで切り目の間から種を取り出しておくと、食べやすい。
- ② たっぶりのお湯で3分ほどきんかんを煮る。煮汁は捨てる。
- ③ 鍋にきんかんを並べ、ひたひたにつかるくらいの水と砂糖を入れ、弱火で煮る。皮が柔らかくなって汁にとろみがついたら出来上がり。

食育ワンポイント

栄養豊富なきんかんは丸ごといただきましょう 市では約1ヘクタールのきんかんが温室で栽培されていて、これらは、農薬や化学肥料の使用を抑えて栽培された佐賀県特別栽培農産物に認証されています。黄金色に色づいたきんかんは、玉が大きく薄皮で大変甘いのが特徴です。ビタミンCが豊富なことから風邪の予防や、美容・健康にも役立ちます。また、栄養の多くは皮に含まれているので、丸ごと食べるのがお勧めです。

伊万里の

やんじ・ウオーカー

川久保 拓也 さん

(19歳・山代町峰)

- ◆ 株式会社 岩野設備 (大坪町)
- ◆ 平成27年4月 入社



- ◇ どんな仕事をしていますか  
冷暖房・給排水・衛生設備などの設置や配管、土木工事
- ◇ 仕事で大変なことは  
細かい工程を覚えることと、冬の屋外作業(笑)です
- ◇ 仕事で心掛けていることは  
あいさつと返事。あとは言葉遣いにも気をつけています
- ◇ 目標(仕事)は  
会社の先輩方のように、早く一人前になりたいです
- ◇ 自己PRをどうぞ  
元気と笑顔が取り柄です☆
- ◇ 趣味  
体を動かすこと
- ◇ 特技  
スポーツ全般
- ◇ 市民へ一言  
水回りのことなら何でもご相談ください

わが家の

アルバム

松永 かける 駈大さん (3歳)

- ☆ 博紀・有紀さんの長男
- ☆ 渚



おかあさんからひとこと



妹の面倒をよく見てくれる駈丘くん♡料理に目覚めて!?!お手伝いもしてくれるね☆これからもたくさん食べて成長してね(M)

ほくは外で遊ぶのが好きなんだ♪いつも追いかけてっしたり三輪車に乗ったりしてるよ★あと自転車にも挑戦中♪早く一人で乗れるようになりたいな☆好きなウインナーとチーズをいっぱい食べたらずになるかな♪