



グランプリを受賞した鎌柄侑希さん(左)と皆川副総料理長

おうちで作ってみませんか
健康と美容とからだを
おもう

今回で5回目となる「ベジ1 コンテスト in うき」。今回は「さしより野菜にぴったり！野菜たっぷりSDGsレシピ」をテーマに募集しました。最終審査には3作品が残り、味付けや見た目などを審査。ANAクラウンプラザホテル熊本ニュースカイの皆川忠之副総料理長は「普段捨てがちな野菜の皮や葉も活用して、どのチームも工夫されていた。」と総評しました。

美容と健康とからだを
おもう

今回のテーマは
ベジ1コンテスト

次世代スポーツ「SASSEN」



毎週水曜に練習中。参加してみませんか？

主軸は空き家対策ですが、地域との関わりを深めるために、豊野町の光照寺で行われているIT技術を取り入れたチャンバラ「SASSEN」に参加しました。ここでは、お寺の本堂で体験できます。初心者向けのeスポーツとして、老若男女問わず参加できるのが魅力です。

おわび

4月号の掲載内容に誤りがありました。訂正しておわびします。
誤 地域おこし協力隊 宮川勝
正 広報特派員 宮川勝

空き家の「おかたづけ」



▲おかたづけ前

おかたづけ後▶

前職の引越し業務で積み上げた経験と体力を生かし、市内の空き家に残った物の「おかたづけ」を開始。効率的に仕分け、まだ使えるものを回収することでできるだけ費用をかけずに物を片付けます。

今後も、空き家再生へのお手伝いをしていきます。

今回は
地域おこし協力隊
山本 浩二
がお届けします



見た！聞いた！
地域の魅力再発見！

広報特派員や
地域おこし協力隊が
市内で起きた出来事を
伝えます。

作り方

- ①トマトのヘタを1センチ程度残して切り、中をくり抜く
- ②パプリカ、ピーマン、キュウリを約1センチ角で切る
- ③トマトの中身と②、スイートコーンをドレッシングであえる
- ④くり抜いたトマトの中に③の材料を彩り良く盛り付ける

グランプリ作品 まるごと食べなっせ

材料(2人分)

トマト	2個
パプリカ(赤)	1/2個
ピーマン	1個
キュウリ	1/2本
スイートコーン	適量
和風ドレッシング	大さじ2



準グランプリのレシピなどは
こちら
宇城市公式
クックパッド



おじやましま〜す 空き家バンク お宅訪問 VOL.2



2022年に
千葉から
移住しました



Aさん

今回は、千葉県から引っ越してきたAさんに話を聞いたぞ。「改修前に内覧したのでどんな状態なのか不安でした。引っ越したときにはきれいになっていてほんとに安心。再利用された趣のある建具が気に入っています。地域になじめるか不安でしたが、ゴミの分別当番をきっかけに親戚の皆さんに気に掛けてもらってます」。



☎ 地域振興課 ☎ 32-1906



PICK UP 野球派

社会人になって初めて球場で飲んだビールの味が忘れられません。



はじゆうこ
土師 優子 さん 48歳
(松橋町)

次号の対決

食後に飲むなら あなたはどっち？

「コーヒー派 / 紅茶派」

回答は市公式LINEやメール、お便りで。

回答期限 5/10 ☎



市公式LINE

エスプレッソの魅力を広げたい

店のドアを開けた瞬間に広がるコーヒー豆の香ばしい香り。その奥で豆をひくのはパリスト歴8年の田端敦典さん。「エスプレッソはひきたての豆を手作業で詰め、仕上げにマシンで圧力をかけて抽出することで雑味のない香り深い味わいになる。」と輝く表情を見せる。9年前東京で仕事をしていた

時、偶然立ち寄った店のエスプレッソに衝撃を受ける。これを機に東京のカフェで修行を開始。3年前、熊本に戻り移動販売で起業。「生まれ育った町の記憶が忘れられない。」と昨年、ふるさとに店舗を構えた。エスプレッソの魅力でふるさとに貢献したい。自身が感じたその魅力で人を呼び込みたい。その思いを胸に今日も田端さんは情熱を注ぐ。



グレート コーヒー
Great Coffee
☎080-9103-6916

松橋町きらら
3丁目1-2



1 豆をひく作業
2 仕上げは思いを込めて
3 ショウガを使ったラテとカヌレ

てくてくてくてとさんぽ

ものづくりをする手から生まれる作品は暮らしを心豊かに彩る：そんな命を吹き込む手仕事を紹介します。