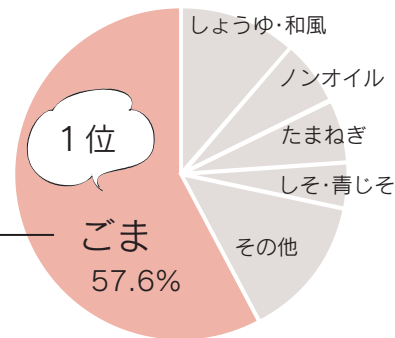




さしより野菜アンケート(R3年度)
～みんなが使うドレッシングは～



美容と
健康を
からだを
おもう

今回のテーマは
ドレッシング

カロリー控えめ、さっぱり感のあるドレッシング。材料をすべて混ぜ合わせるだけで簡単ですよ。

食生活改善推進員
坂井祐子さん

材料 8人分

すりごま プレーンヨーグルト
大さじ2 100g



しょうゆ 砂糖 味噌
小さじ1 小さじ1/2 小さじ2

ごまドレッシングが全体の半数を超える結果に。比較的高いものが多いので、低カロリーのものを選んだり、カロリー・塩分が控えめのドレッシングを手作りするのもおすすめです。



十島 就子
管理栄養士



3月20日、デコトラ大集合

晴天の中、三角東港で「デコトラ祭り」が開催。一堂に会すると圧巻でした。



3月26日、まんじゅう店オープン

道の駅不知火近くに新しい店「金権万十店」がオープンしました。



アマビエさん、もうしばらく頑張つてね。



元気に泳ぐこいのぼり

三角町御船地区では「こいのぼり」が泳いでいました。

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。

空き家対策 おうちくん・バンクくん・わたしの

まちがいさがし



7つのまちがいをみつけてね。答えは31ページ。

市民投票
ゴールデンウィーク旅行

あなたはどっち？

国内派	海外派
401票 (93%)	32票 (7%)

ちなみに 選ばない！ 16票

PICK UP

おうちくん 旺成さん 1歳
バンクくん 快成さん 3歳
わたし 健成さん 4歳

潤本 遥さん 31歳 (松橋町)

次号の対決
結婚するなら あなたはどっち？
「洋装派 / 和装派」
回答は市公式LINEやメール、お便りです。
回答期限 5/10(日)

市公式 LINE

愛着を持ってもらえる器作り
蕉夢庵跡に隣接する桂原窯。
園田哲郎さんは桜舞い散る里山の一角にある工房で、静かにろくろを回す。
この場所に窯を開き20年。奥深い色合いの器には、愛着を持って長く使ってもらいたいとの願いが込められる。地元の土を使い粉引の器を作り続け、最近の新しい試みとして陶板を完

成させた。難しいのは窯焚き。温度や時間で器が違った表情を見せる。一つとして同じものはない。「お客さんが使い込むことで手になじみ、温かさと安らぎを感じる、その時が初めて完成なんだと思う。」と園田さん。消費の早い社会の中で、長く愛用してもらいものづくりの仕事をしたい。そんな想いをカタチに作陶への意欲的な取り組みは続いていく。



かすわがま
桂原窯

不知火町長崎1229
☎090-1924-6320
来店時は電話を

1 化粧土で作品の顔が決まる 2 陶板や粉引など深い味わいの作品 3 想いをカタチにする園田さん

てくてくさんぽ
手しごとさんぽ

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。