



## かど きた 笑う門には 福来る! (くすのき園生が笑福門松を製作)

12月20日、身体障害者授産施設熊本県くすのき園(松橋町豊福・西山稔郎園長)の入所者が、八代産のイ草を使った「笑福門松」1対を市役所に寄贈しました。

この門松は「地域の方々に笑って過ごしてもらいたい」という願いを込めて同園が製作したもの。高さ約65cmで、竹に見立てたイ草の束を中心に、梅の枝や松の葉などを飾り付け、ほのかにイ草の香りが漂います。

同園には現在50人が入所。社会復帰や自立、働く場を求め、主に花ござの生産加工や自動車部品製造をしています。

なお、この門松は、市役所本庁ロビーに1月13日まで飾られます。来庁の際は、ぜひご覧ください。

### CONTENTS

年頭あいさつ	..... P 2
今年は戌年	..... P 4
国際理解教育特区に認定	..... P 6
デリバリーうき	..... P 8
うきうきカレンダー	..... P14
みんなのひろば	..... P20
うきうきインフォメーション	..... P22



## ヘルスマイト直伝 今月の健康レシピ

お祭りやお祝い事、仏事などの時によく作られています。

### 【材料】2本分

豆腐(大)600g、砂糖大さじ2、片栗粉大さじ2、塩小さじ1、すり身40g、酒少々、食紅(赤黄青)各少々

### 【作り方】

- ①豆腐をよく絞る。
- ②①をよくすりつぶし、すり身があったら加えてすり混ぜる。
- ③②に砂糖、片栗粉、塩を加えて混ぜ合わせる。
- ④3つの器に③を少量ずつ取り、各食紅を入れ、3色のすり豆腐を作っておく。
- ⑤ぬれたふきんを広げて横25cmぐらいに④を薄く伸ばす。その上に③を少し中高になるぐらいに伸ばし、さらに色の違う④を伸ばす。
- ⑥手前から巻いて、丸になったらビニールに移して巻き上げる。

### ●うけもの(豆腐かまぼこ)



- ⑦お湯が沸騰したところで約20分くらい蒸し上げる。

### 〈ワンポイント〉

すり身を入れないときは、塩を少々加えてください。豆腐はよくすりつぶしておくとかまぼこの出来上がりがきれいです。以前は湯葉を使って巻いていました。

宇城市食生活改善推進員協議会三角支部

## めしもり

▶先日、三角から松橋方面に向かって  
いる途中急に雨が降ってきました。  
いやだなあと思いながら走っていると  
突然の渋滞が……。軽トラがスリップ  
して沿石にぶつかっていたようです。  
急いでいても安全運転を心掛けよう  
と思ひ直す場面でした。(極)

▶今年の私の目標は「いつも心にぬく  
もりを」、「いぬの精神」で一日一日を  
大切に過ごすことです。スピード重視  
の今日。もちろん速さも大切ですが、  
人の温かみが伝わる仕事をしたいと  
思います。(あさり)

▶宇城市として初めての正月を迎え、  
広報うきも初めての正月号発行とな  
りました。誰もが読みたくなるよう  
な広報紙づくりを目指して、今年も  
スタッフ一同頑張りたいと思います。  
皆さまどうか広報うきをよろしくお  
願います。(肥)

### わたしたちの街

平成17年11月末現在(前月比)

- 人口 64,413人(+ 3)
- 男性 30,426人(+ 6)
- 女性 33,987人(- 3)
- 世帯数 21,537戸(+ 37)
- 面積 188.55km<sup>2</sup>

## ウキウキ 友達の輪

「ウキウキ 友達の輪!」は、宇城市在住の人をリレーで紹介する  
コーナーです。次はあなたの番かも……

今月は、小川町の安井久留美さんから  
の紹介で、三角町波多の前田千代香さ  
ん(52)です



❓ お仕事は?

😊 主婦のほか、三角西港観光ボラン  
ティアとヘルスマイトをしています。

❓ 趣味は?

😊 グラウンドゴルフ、肥後狂句、読書(推  
理小説)、弓道などです。

❓ 最近凝っているものはありますか?

😊 全てに物が多過ぎることを反省しながら、シンプルに暮らそうと  
片付けています。

❓ 夢は何ですか?

😊 いっぱいありますよ。お金をためて旅行したい。パソコンもブライ  
ンドタッチで入力できるようになりたい。義母の茶わん蒸しと巻き  
寿司の味をマスターし次世代に伝えたい。

❓ 何かメッセージはありますか?

😊 最近、特に子どもの事件・事故が多発していますね。みんなで声を  
掛け合って防止に努め、明るく安全な街を健康立市とともに目指  
しましょう。