

平成18年

8.1
No.36

特集
町並みスケッチ〜松合〜
残していきたい
ふるさとの風景

ヘルスマイト直伝 今月の健康レシピ

かぼちゃようかん

夏のさっぱりおやつです。よく冷やしてどうぞ！

材 料 (流し型1つ分・15~16切り)

かぼちゃ (皮なし) 450g・粉寒天 6g・水200cc・レモン汁小さじ1・砂糖80g・甘納豆60g

作り方

1. かぼちゃ (緑色の部分がなくなるまでしっかり皮をむく) はゆでて、裏ごししておく。
2. なべに粉寒天と水を入れ、沸騰させる。
3. 熱いうちに、砂糖を加え溶かし、かぼちゃ・レモン汁を入れ、混ぜ合わせる。
4. ぬらした流し型に流し入れ、冷蔵庫でよく冷やす。
5. 食べやすい大きさに切って、甘納豆をのせる。



宇城市食生活改善推進員協議会松橋支部

〈栄養価〉エネルギー(44kcal)、たんぱく質(0.6g)

めしり

▶ 昨年までわが家にたまりにたまっていた好物のそうめんが、とうとう在庫切れに。職場の物販などで買っていたのですが、最近それが少なくなったようです。そうめんに飽き飽きしていた昨年の、ちょっと懐かしい今日このごろです。(肥)

▶ 日本中を震撼させた、梅雨時の豪雨。皆さんの周りでも生活に影響が出ていることと思います。みすみ港まつりも、豪雨のため盛り上がり欠ける様子でした。しかし、これからの祭りシーズン、頑張っていきましょう！(極)

▶ 「港まつりに『マキ』が来るよ!」と言われて、サッカーの巻誠一郎選手を思い浮かべたのは私だけではないでしょう。しかし真木ひでと歌謡ショーは大満足の一言。さすがグループ・サウンズ界のトップグループとして活躍されただけあります。私って「わさもん」でしょうか?(あさり)



不知火“海の火まつり”

—不知火永尾神社にて—

日本書紀に記されている景行天皇九州巡行の折の「不知火伝説」に由来する、旧暦8月1日(八朔)に開催されるイベントです。景行天皇一行の松明行列をはじめ、市民総踊り、勇壮な竜燈太鼓の演奏、豪華絢爛な海上花火を楽しんだ後は、午前0時以降に不知火海上に「不知火」を見ることが出来ます。

撮影日時 平成17年9月3日
撮影者 田中富美穂(八代市)
作品名 海の火まつり

宇城
彩時記
〈其の五〉

ふるさと宇城の風景を、第1回宇城市写真コンテスト入賞作品と共にご紹介します。