



木を植えたり手入れをしたりするのは、私にとって時が過ぎるのを忘れるほど楽しいことだ。

余り広くない我が家の庭には、ヤマボウシやハナミズキのほか、ミカンやカキも植えてある。花が咲くのを見るのも楽しいし、ミカンやカキの実が実ると、少しの量でもうれしさで顔がほころぶ。

10月末、袋井市と掛川市が共同で開院する「中東遠総合医療センター」で植樹祭を行った。3千人を超す両市民の手で、約2万3千本の木が植えられた。

今回の植樹は、横

浜国立大学名誉教授の宮脇先生の指導により、50cm間隔に1本ずつ木を植える「密植型」という植え方で行った。この植え方は、苗木同士が競合し、弱い木が自然にとろ汰されるので、その地域の土地に一番適合する木が残るといふ説明を受けた。

来年5月の新病院開院に向けて、今後各分野で袋井・掛川両市民の協同作業が行われることを望んでいる。

11月10日・11日には、全国育樹祭が伊豆市と袋井市を会場に開催された。

13年前に、天皇・皇后両陛下がお手植えをされたヒメシヤラとヤマボウシに、

## 「植樹祭と育樹祭」

お客様をもてなした。

日本は国土の7割に森林があつて、木とともに生活してきた私たちの周りには、道や庭に木があり、家も家具も大半が木で造られている。

今、やわらかく自然の変化に順応し、環境にも優しい木を基本とした日本本来の生活の素晴らしさを、再び認識する時が来ている。

1人でも多くの方が、木を愛でて育てることが必要だと思ふ。

皇太子殿下が施肥をする行事が伊豆市の天城山中で行われ、翌日はエコパアリーナで式典が行われた。式典では、全国から集った7,500人の参加者に、皇太子殿下が一人にとって、木がいかに大切であるかをお話しくなられた。

私は、市議会議長とともに出席した昼食会で、殿下の今回の来袋が9年前の全国障害者スポーツ大会で車椅子バスケットボールをご覧になって以来であり、多くの市民がそのお姿を記憶していることを申し上げた。

エコパスタジアム前の広場では、市民の皆さんによるステージ演技や名産品・地元のおいしい食べ物、遠来のお客様をもてなした。



## 貝だくさんのチーズ入りミルクとん汁

旬の食材を使ったレシピ

### ●材料(6人分)

- 豚バラ薄切り肉 ..... 150g
- ダイコン ..... 1/4本
- ジャガイモ ..... 1個
- ニンジン ..... 1/2本
- タマネギ ..... 1/2個
- こんにゃく ..... 150g
- サラダ油 ..... 小さじ2
- 牛乳 ..... 300ml
- みそ・粉チーズ ..... 各大さじ3
- 細ネギ ..... 3本

### ●作り方

- ①豚肉は食べやすい大きさに切り、ダイコン・ジャガイモはいちょう切り、ニンジンは半月切り、タマネギは薄切りにする。こんにゃくはスプーンでちぎり、熱湯でゆでる。
- ②鍋にサラダ油を熱して①をいため、だし汁(600ml)を加えて、アクを取りながら野菜がやわらかくなるまで煮る。
- ③みそを牛乳で溶いて②に加え、ひと煮立ちさせて火を止め、粉チーズを加えて混ぜる。
- ④③を汁椀に盛り、小口切りにしたネギを散らす。

### ●栄養価(1人分)

エネルギー263kcal / たんぱく質10.7g / 脂質17.0g / カルシウム194mg / 鉄0.9mg / ビタミンC17mg / 食物繊維2.4g / 塩分1.5g

毎月19日は、『食育の日』



### 食材まめ知識

ダイコンはビタミンCが豊富で、消化を助けるデンプン分解酵素・ジアスターゼを含んでいます。

### 食推協からのコメント

ダイコンは、部位によって味が異なり、葉の近くが甘く、先端は辛い味になります。

## 袋井市の木・花・鳥のイメージデザイン



市の木:キンモクセイ



市の花:コスモス



市の鳥:フクロウ

市の木・花・鳥それぞれの特徴を見やすくシンプルに表現し、「FUKUROI」の「F」を図案化しました。



おどなくしてかわいいね

10月30日、山名小学校の3年生児童を対象に、犬とのつき合い方を学ぶ「動物愛護教室」が開催されました。

県動物保護協会や西部保健所、地元の開業獣医師を講師に招いた講義では、「どうぶつをまもるためのきまりごと」や「動物の健康チェック」について分かりやすく解説されました。

講義の後には、実際に犬とふれ合う時間が設けられ、みんなが体育館内を散歩する様子も見られました。

表紙の「いっぽ」