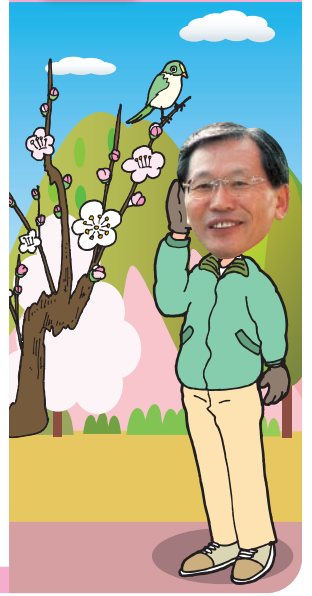


原田市長の

散歩道



1月13日の午前中は、町内会の「焼納祭」に参加した。公園に世話人・お年寄り・若者・子どもたちが集まり、持ち寄った正月飾りを焼く行事を、北4町では18年間も続けている。

この行事に、子どもを含めて大勢の人が集まるのは、餅つきが行われたり甘酒やおしるこ・焼きいもがふるまわれたりして、皆が楽しみながら新春のひとときを過ごすことができる工夫がされているからである。

神事の後で正月飾りに火をつけ、その煙に当たって今年の無病息災を祈った。

できれば「焼納祭」の点火の儀式を、例えば小学6年生たちにやってもらうことを提案してみたいと思う。

小学校の最終学年になって、地域を代表して焼納の点火をすることは、この行事の意味を知ることに加えて、これから中学生として一人前になることを町内の人々に認めてもらい、自分もそれを強く認識することにつながると思う。

その日の午後には、市の成人式が行われ、男女688人が出席した。きれいに

着飾った女性やきちんと身なりを整えた凛々しい男性たちを前にし、新成人全員のこれからの人生が幸せであることを強く願った。

人に支えられながらの人生だから、他人への感謝も必要であるが、自分をしっかり律することも同じくらい大切であると思い、今年のNHK大河ドラマ「八重の桜」から「ならぬことは、ならませぬ」という言葉を贈った。

「焼納祭と成人式」

20歳を契機にくつかの項目を決めて、それを自分の

「掟」として生きていくことが、幸せな一生を送ることにつながると思ったからである。

私自身を省みても、人間はさほど強い意志を持った生き物ではないと思う。それゆえに、誕生日や入学式、成人式など社会がつくっている節目の仕組みを自分のための貴重な機会と考え、その度ごとに自分自身に何かを言い聞かせながら生きていくことも必要であると思う。



旬の食材を使ったレシピ 海老芋の中華風あんかけ

- 材料(5人分)
- 海老芋 500g
 - イカ 小2杯
 - ニンジン 1/4本
 - モヤシ 200g
 - ピーマン 1個
 - 油 大さじ1
 - ごま油 小さじ1
 - 酢 大さじ3
 - 片栗粉 大さじ1

- 作り方
- ①海老芋は洗って耐熱容器に入れてラップをかけ、電子レンジで約10分加熱して皮をむき、食べやすい大きさに切る。
 - ②イカは胴と足に分け、食べやすく切って熱湯でゆでる。
 - ③ニンジン、ピーマンは千切りにする。
 - ④鍋に固形スープ1個と水200mlを入れて煮溶かし、しょうゆ・砂糖・酒(各大さじ2)を加える。
 - ⑤フライパンに油・ごま油を熱し、ニンジン・もやし・イカの順にさっといため④を入れて煮立ったら酢を加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
 - ⑥⑤にピーマンを加え、ひと混ぜして①にかける。

●栄養価(1人分) エネルギー216kcal / たんぱく質15.3g / 脂質5.2g / カルシウム54mg / 鉄1.0mg / ビタミンC12mg / 食物繊維3.6g / 塩分1.7g

毎月19日は、『食育の日』



食材まめ知識

海老芋(サトイモ)は、高血圧予防に効果があり、コレステロールの生成を抑制する成分があるとされています。

食推協からのコメント

海老芋は、磐田市周辺でも多く生産されています。

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。



パワー全開で踊りました!

1月20日、エコアリーナで、「JOCジュニアオリンピックカップ 全国エアロビック選手権大会 in 袋井2013」が開催され、浅羽南幼稚園の園児たちが、ウエルカムデモンストレーションで選手たちをお出迎えしました。昨年5月から練習してきた「きらきら☆キッズ」を心をひとつにして披露した園児たちに、会場からは大きな拍手が送られました。大会の様子は、本紙3月1日号でお伝えします。

表紙のこぼれ