

慰霊友好親善事業

トラック諸島を訪問



▲慰霊追悼のためトラック諸島を訪問した福田さん(右から3番目)

日本遺族会主催による慰霊友好親善事業として、10月28日～11月3日にかけて全国から7人が慰霊のためトラック諸島を訪問、市内から福田みよ子さん(長須)が参加してきました。

現地で、先の大戦で亡くなられた英霊の慰霊追悼を行うとともに、現地の小学校や病院へ学用品や車イス等の寄贈を行い、友好を深めてきたということです。

慰霊友好親善事業は、毎年英霊が眠るロシアやアジア各地などを訪問していますが、遺族の高齢化等により年々参

加者が減少しているそうです。実施時期や訪問先等については、市役所社会福祉課(内線219)までお問い合わせください。

長塚節文学賞優秀賞



倉持かよ子さん(岩掛)

介護者は押すのみならず
車椅子の乗り心地など
じっくり確かむ

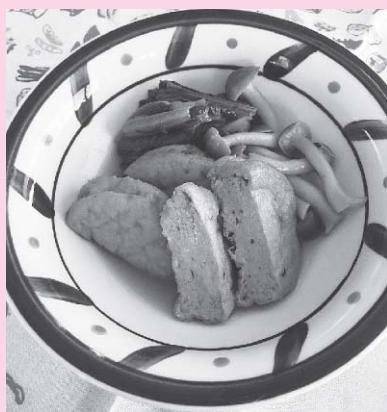
さきごろ常総市で開催された長塚節文学賞短歌部門で、倉持かよ子さんの作品が優秀賞に輝きました。同文学賞には短編小説・短歌・俳句の部門に全国から2万余の応募があるとのこと。倉持さんは公民館講座で短歌を学び、仲間とともにクラブ「さしま歌人会」を結成、会長を務められています。

食育

親子cooking

おやこクッキング

小松菜とがんもの含め煮



■ 1人分のエネルギー 144kcal

【材料1人分】

こまつな……………50g
がんもどき(小)……………2個
しめじ……………10g
●水……………50ml
●うす口しょうゆ…小さじ1
●みりん……………小さじ1
●さとう……………小さじ1/2
●だしの素……………小さじ1/4

☆朝ごはんを食べよう！
朝ごはんは
元気のもと！☆



《作り方》

- ①がんもは食べやすい大きさに切り、熱湯をかけて油抜きをする。しめじは小房に分ける。こまつなはよく洗って下ゆでして5cm程度に切る。
- ②鍋に●の調味料を煮立て、がんも、しめじを加える。沸騰したら火を弱めて落し蓋をする。
- ③5分ほど煮たらこまつなを加え、味がなじんだら器に盛り付ける。