



火災を発見し消火活動 消防本部から感謝状

10月10日、菊池広域連合西消防署で、消防協力者への感謝状贈呈式が行なわれました。これは、市内で発生した火災を、松島さん親子が発見し、消火活動を行なったことに対し、感謝状と記念品が菊池広域連合消防本部より贈られたものです。松島さん親子は、「消防団に入って、訓練を実施してきたからこそ消火活動を行なうことができた」と話しました。



下段 松島太一さん・松島喜一さん、上段 西消防署長・副署長

JA菊池すいか部会が合志ブランド認証品 『ハロウィンスイカ』を寄贈

10月18日、菊池地域農業協同組合すいか部会が、栄保育園、六華こども園に、ハロウィンスイカをプレゼントしました。上品な甘さや種が少ないことが特徴のハロウィンスイカは、10月に限定販売される希少価値の高いスイカで、ことしは、約3,800玉出荷されました。園児たちは、「ぼくが持つ。わたしが持つ」と、スイカを取り合って喜んでいました。



栄保育園の皆さんとJA菊池すいか部会の皆さん

食生活の改善に長年貢献 厚生労働大臣から表彰

10月22日、市食生活改善推進員協議会の森涼子会長が厚生労働大臣から『食生活改善事業功労者』として表彰されました。この賞は、長年、食生活改善事業に尽力した人に贈られるものです。

森会長は、「昨年度の県知事表彰に続き、市民のみなさんのおかげです。継続した食育活動が評価されたこと嬉しく思います」と話しました。



森会長は表彰状を持って市長を訪問しました

100歳おめでとうございます

10月に100歳を迎えた2人に、市長からお祝い状とお祝い金が贈られました。



右田 マツエさん
(大正13年10月7日生)



松村 安子さん
(大正13年10月13日生)

合志ブレイブス少年野球クラブ 全国大会出場決定

3～9月、県内でオールジャパンベースボール・県リーグ小等部が開催されました。56チームによる予選リーグを突破し、合志ブレイブスが決勝トーナメントで見事優勝。11月に福島県と宮城県で開催される全国大会への切符を手に入れました。部員41人を率いる主将の村上陽紀さん(西合志中央小6年)は「自分たちの野球をやって全国大会でも暴れてきます」と決意を語りました。



合志ブレイブス少年野球クラブの皆さん

合志杖道会 九州杖道大会団体の部で3位

9月15日、久留米市総合スポーツセンター武道場で第8回九州杖道大会が開催されました。合志杖道会(多久善郎代表)から岩田ふじ美さん(須屋)、砂川大丸さん(須屋)、吉田紳一さん(幾久富)が団体の部に出場し、3位に入賞しました。岩田さんは、「コロナでの大会中止もあり、今回が初めての九州大会出場となりました。次は決勝進出を目指して精進します」と話しました。



須屋市民センターで週2日稽古をしています

合志小学校ホタル放流学習 4年生の65人が参加

10月8日、合志小学校でホタル放流学習がありました。ことしは、卒業生の瀧下陽奈さん(必由館高3年)が児童に向けて講話し、「ホタルは人と人をつなげている。学んだことを忘れずにホタルのことを伝えてほしい」と話しました。講話後は、近くの川に移動し、『上庄魅力推進委員会』の指導の下、ホタルの幼虫とエサのカワナを優しく放流しました。



①講話する瀧下さん ②放流の様子

食生活改善推進員さんの健康食レシピ

ローストビーフ

大きなかたまり肉をオープンで焼いた料理という意味のローストビーフ。今回はフライパンと鍋で手軽に作れるレシピを紹介します。

材料(4人分)

牛ももブロック …… 400g
塩 …… 小さじ2/3
こしょう …… 適量
サラダ油 …… 大さじ1
(ソース)
しょうゆ …… 50cc
みりん …… 25cc
酒 …… 25cc
にんにく …… 大さじ1

A

栄養価(1人当たり) エネルギー…253kcal たんぱく質…22.1g 塩分…2.3g

作り方

① 牛のかたまり肉は冷蔵庫から出して、室温に戻しておく。
② 牛肉に塩、こしょうを擦り込む。大きめの鍋に、たっぷりのお湯を沸かしておく。
③ フライパンにサラダ油を入れ強火で熱し、牛肉を入れ全体的に焼き色をつけ、肉を取り出す。
④ ③のフライパンにAを入れてひと煮立ちさせておく。
⑤ ③の肉をラップで包み、もう1枚ラップを使って二重に包んでおく。
⑥ ⑤をポリ袋に入れ空気を抜き、口をしっかりと閉めて輪ゴムで止める。
⑦ 鍋のお湯が沸騰したら、⑥を入れて3分ほどグラグ煮る。3分経ったら、火を止めて、肉が浮かばないようにお皿をのせて蓋をして15～20分放置する。
⑧ ⑦をポリ袋のまま取り出して冷めるまで放置する。
⑨ 冷めたらポリ袋から出して、ラップを外し薄くカットしてお皿に盛りつけて④をかける。