

J A が補助教材を寄贈

4月23日、常総ひかり農業協同組合から市立小学校5年生児童(355人)に対し、食農教育補助教材が寄贈されました。

補助教材は、農業と地域の関わりをはじめ、生産や流通、農業技術などを紹介しており、農業や農産物に対する理解を深められる内容です。

堤代表理事組合長は、「この補助教材を通じて、児童に農業の大切さや役割を知ってもらいたい」と話していました。

☒ 学校教育課



左から中山教育長、菊池市長、堤代表理事組合長、吉田下妻支店長



地域おこし協力隊員が新たに就任

4月11日、新たに地域おこし協力隊として、高橋英明さんに委嘱状が交付されました。

委嘱された高橋さんは、東京都目黒区より転入、これまでWeb作成会社に勤めていた経験を生かし、地域協力隊として下妻市まちメディア「サママー」の運営に携わる予定です。「外部の人間からこそ見える下妻のいいところを発信し、これまで培ってきた経験やノウハウを活かして、地域の活性化につなげていきたい」と抱負を語りました。

☒ 都市整備課

おいしいヘルシーレシピ

下妻市食生活改善推進員おすすめ

レンジで簡単キーマカレー

■ 作り方

- 1 耐熱ボウルにひき肉、大豆、にんにく、しょうがを入れ、☆を加えて箸で全体にからめる。さらに野菜、油を加えて箸で混ぜる。
- 2 中央をややへこませ、ふんわりラップをかけて600Wのレンジに5分かける。
- 3 いったん取り出し、全体を混ぜてまたふんわりラップをかけ、さらに1分ほど加熱し、2〜3分余熱で蒸らす。ご飯と一緒に皿に盛り、スライスしたゆで卵を添える。

Point!

肉・大豆・卵を組み合わせた、たんぱく質豊富なレシピ。蒸し大豆を使い、調理法はレンジのみ！お手軽、時短レシピ。混ぜる時に箸を使い、団子にならないようにするのがコツです。



■ 1人分栄養量

| | | | |
|-------|---------|-------|------|
| エネルギー | 521kcal | 鉄 | 3.5g |
| たんぱく質 | 25.9g | カルシウム | 84mg |
| 脂質 | 21.9g | 食物繊維 | 7.9g |
| 食塩相当量 | 2.1g | | |

■ 材料(2人分)

| | | | |
|---------|----------------|-------------|-------------|
| 豚ひき肉 |120g | 玉ねぎ(みじん切り) |50g |
| 蒸し大豆 |50g | にんにく(みじん切り) |20g |
| おろしにんにく | ...小さじ1弱(チューブ) | ピーマン(みじん切り) |1個 |
| おろししょうが | ...小さじ1(チューブ) | 油 |大さじ1/2 |
| ☆塩 |小さじ1/4 | あたたかいご飯 |240g |
| ☆ケチャップ |大さじ2 | ゆで卵 |2個 |
| ☆酒 |大さじ1 | | |
| ☆しょうゆ |小さじ1 | | |
| ☆カレー粉 |大さじ1 | | |

春の栄典 受章おめでとうございます



旭日小綬章

元 下妻市長

いなば もと はる
稲葉 本治さん
(78歳・本宗道)

平成3年11月から平成12年10月まで、千代川村議会議員として、千代川村発展の原動力として活躍しました。さらに、平成15年8月から平成17年12月までは千代川村長として村政発展のために尽力しました。

平成18年1月の下妻市と千代川村合併後は、下妻市参与、副市長を歴任し、平成22年4月から平成30年4月まで8年2期にわたり、下妻市長として市民協働のまちづくり、生活福祉の向上、教育環境の整備、産業経済の発展等、下妻市の発展のために貢献しました。



黄綬褒章

元 (株)めいわ 代表取締役

いとう よし まさ
伊藤 吉正さん
(72歳・砂沼新田)

昭和58年に「株式会社めいわ」(前身：明和測量株式会社)の代表取締役として40年の長きにわたり、建設関連業界の発展に貢献しました。また、平成18年に茨城県測量設計業協会の理事に就任し、平成24年まで技術委員会副委員長として業界の技術力向上に寄与しました。さらに、平成28年度から令和元年度までは、測量調査委員長を務め、ドローンを使った研修会を積極的に開催し、被災地域の応急復旧作業に貢献しました。



瑞宝単光章

元 茨城県警部補

ながしま まさ ひろ
長島 正弘さん
(72歳・今泉)

昭和50年4月に茨城県巡査を拝命し、平成24年3月に警部補として退職するまで37年間の長きにわたり、警察職務に精励し、公共の安全と秩序の維持に尽力しました。

特に地域部門において活躍され、多年にわたり地域警察官として活躍し、巡回連絡や街頭活動等地域に密着した活動を行い、管内実態の把握に努め、各種犯罪の未然防止に尽力するとともに、事件事故発生時には、直ちに現場へ急行し、積極的な職務質問により被疑者を確保するなど大きな成果を挙げました。



黄綬褒章

特別養護老人ホーム「ラポールしもつま」介護職員

はつざわ ひさ お
初澤 久男さん
(70歳・下妻丁)

平成5年7月に特別養護老人ホーム「ラポールしもつま」に入社し、約31年にわたり介護職員として勤務しています。

現在も、同施設利用者に対して、安心して過ごせるように気配りをしながら、食事、入浴、トイレなどきめ細やかな支援をし、施設利用者の介護や健康管理、身体機能の維持と増進に努め、幅広い視野での介護サービスの向上に寄与しています。

小学生が田植えを体験

5月8日、総合的な学習の一環で、騰波ノ江小学校の5年生19人が田植え体験をしました。当日は、中山齊さん指導の下で児童たちは田植えを行い、農作業の大変さや、身近に食べる米のありがたみを肌で感じていました。秋には、稲刈りも体験する予定です。

☒ 学校教育課