

まちの主人公は「ひと」。さまざまな分野からキラリ輝く人をピックアップし、紹介します。



もっと伝えたい！ 旭の自然

広報あさひ「ふるさとの自然」筆者
齊藤 敏一さん(二)

「旭市にいる生き物に関心を持ってもらい、大切にしようと思ってくれたらうれしいです。それに、まず知ってもらわないとね」と執筆への思いを語る。

旭市に生まれ、地域の自然に親しみ、高校生のころ始めたバードウォッチングを45年間続けている。姿がきれいで動きもあり、鳴き声が美しい種類もいるため、観察していて面白いのだとか。珍しい鳥を見つけたり、周辺の自然へと関心が広がって、新たな発見があったりするのまた、飽きずに続けてこられた理由と笑顔で振り返る。

現在は写真のほか、動きや鳴き声を動画でも撮影。観察記録を残すことも好きで、45年分の記録を大切に保存している。「自然環境は変わってきていますね。40年もするとね」——。同じ場所に行っても、以前はいた鳥

が見られなくなったという。鳥が住みにくい環境になってしまった、それは植物や虫なども同じ。しかし、そんな中でも生き物がいるということを伝えていきたいのだ。

専門用語を使って書いても、読んでいて面白くない。季節感を大切に、皆さんになじみのある生き物を題材にして、それにまつわる昔話や文化的なことにも触れながら幅広く、できるだけ易しい言葉で書きたい。読者からの「読んでいますよ」の一言はうれしいし、張り合いも出るのだという。もっと幅広く、もっと面白く……。

行政へ一言！

市内で見られる生き物や自然環境などをまとめ、易しく解説した冊子のようなものがあると、子どもたちも勉強に使えるのでいいですね。いずれ大人になって、旭市に住む子も多いと思うのでね。

【ふるさとの自然】

広報あさひの1日号に連載中。市内で見られる生き物や植物などを、齊藤さん撮影の写真と共に紹介しています。質問や情報提供などがある場合は連絡してください。
副秘書広報課広報広聴班 ☎62-8070



おいしく食べよう

旭産

簡単・ヘルシーレシピ



キャベツにはビタミンCのほか、胃腸の粘膜を健康に保つビタミンUが含まれます。これらのビタミンを効率よく摂取し、また色よく仕上げるためにも加熱をし過ぎないことが大切です。ソースは、好みでポン酢しょうゆなどでもおいしくいただけますよ。

材料 (4人分)

キャベツ……………半玉	A	プレーンヨーグルト…100g
豚細切れ肉…………240g		みそ……………小さじ2
塩……………小さじ1/3		砂糖……………小さじ1
こしょう……………少々		ゆずこしょうまたは
酒……………大さじ3		わさび……………少々

VOL.39 キャベツと豚肉の重ね蒸し

1人分の栄養価 エネルギー184kcal、塩分1.0g

作り方

- ①Aをよく混ぜ合わせて、ヨーグルトみそソースを作っておく。
- ②キャベツはざく切りにする。豚肉は食べやすく切り、塩、こしょうで下味を付ける。
- ③鍋の底からキャベツ、豚肉、キャベツ、豚肉……の順に、一番上が豚肉になるように交互に重ねていく。
- ④酒を回しかけ、ふたをして中火で加熱する。蒸気が出てきたら弱火にして10分ほど蒸し煮する。
- ⑤一番上の豚肉に火が通ったら、器に盛り付けて①のソースを掛ける。

岡旭市保健推進員協議会 ☎63-8766 ・健康管理課 予防班内)

データシート

火災		交通事故		人のうごき		【4月1日現在】	前月比
【3月】	平成25年の累計	【3月】	平成25年の累計	【3月の移動】		人口	68,725人 (▲155人)
建物火災	0件 (1件)	事故件数	159件 (452件)	転入	282人	男	33,624人 (▲80人)
そのほかの火災	2件 (6件)	死亡者数	0人 (0人)	転出	415人	女	35,101人 (▲75人)
						世帯数	24,854世帯 (+20世帯)