

多文化共生ひろば

問合せ 秘書広報課 多文化共生・交流係
(☎ 27-8240)

このコーナーでは、宇佐市の外国人住民や支援者、市の取り組みなどについて紹介しています。今回と次回は、日本語教室や地域の取り組みを2回にわたってご紹介します。

私が宇佐日本語教室で指導を始めて6年になります。当初はベトナムからの技能実習生が数人でしたが、ここ数年はベトナムをはじめ、ミャンマーやネパール、インドネシア、フィリピンなど、たくさんの国々からの労働者が勉強にきています。日本語能力試験のテキストを使って月に2回ほど学習していますが、外国人の皆さんにとっては漢字や敬語、方言などが難しいようです。「あつい」にも「熱い」「暑い」「厚い」と漢字はさまざま。尊敬語や謙譲語など、敬語の使い方も学習します。方言などは日本語のテキストに載っていないため、介護などの仕事をしている人たちは戸惑うそうです。日本語を早く覚える^{ひけつ}秘訣は、職場で日本人とたくさん会話したり、分からないことを遠慮なく尋ねたりすることだと思っています。次回は、みんなが助け合える地域づくりについてお話しします。

名前 ^{しげおか なおこ}重岡 尚子 さん
(宇佐日本語教室スタッフ)



お便りをくれた方

心も体も
地域も元気に！

食育レシピ
recipe

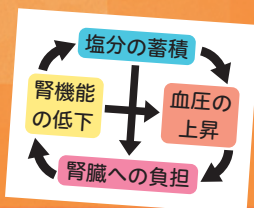
塩分控えめで高血圧を予防し、腎臓を守ろう！

\ check! /



問合せ / 健康課 健康増進係 (☎ 27-8137)

塩分のとり過ぎは、高血圧や動脈硬化につながり、脳血管疾患や心臓病を招く恐れがあります。余分な塩分を尿として排出する役割の腎臓にも負担がかかり、腎機能の低下にもつながります。今回は、塩分控えめでおいしい香辛料を使ったレシピをご紹介します。



タンドリーチキン

材料 (4人分)

・鶏もも肉 240g ・サラダ油 小さじ1

A

- ・ヨーグルト 大さじ5
- ・カレー粉 大さじ1弱
- ・ケチャップ 小さじ2
- ・ウスターソース 小さじ1
- ・塩 ひとつまみ
- ・コショウ 少々



- 【1】鶏もも肉を食べやすい大きさにそぎ切りにする。
- 【2】ビニール袋にAを合わせて1を入れ、冷蔵庫で15分以上漬けておく。
- 【3】フライパンにサラダ油を熱し、鶏もも肉の皮を下にして漬けだれごとに入れ、焼き色がつくまで中火で約3分焼く。裏返して、たれをからめながら弱火で約5分焼いて、火を通す。

☆このレシピの塩分は1人あたり0.6gです。市ホームページでは、他の減塩レシピも紹介しています。

市長コラム

おわりに

宇佐市長 是永修治

平成29（2017）年9月から始まったこの市長コラムも今回が最後となりました。8年間続いたのも皆様からの励ましのおかげです。この場をお借りして厚く御礼申し上げます。

「愚者は経験に学び、賢者は歴史に学ぶ」これはドイツの鉄血宰相ビスマルクの言葉です。「愚者」は自分で失敗し、原因に気づいた後、同じ失敗を繰り返さないようにするため、経験したことからしか学べません。これに対し「賢者」は、先人たちが経験した歴史を学ぶことで同じ失敗を繰り返さないようにするとビスマルクは言うのです。

私もビスマルクの言うように歴史に学ぼうと、市長コラムでは歴史を主な題材としました。執筆を重ねる中、先人たちの郷土を思う心、知恵と勇気と情熱

を肌で感じました。その思いを力に変え、常に全身全霊全力で、市政を運営させていただきました。その結果、2025住みたい田舎ベストランキングでは同規模自治体間ではありますが、4部門中、3部門（総合・子育て・シニア）で全国トップとなりました。歴史に学び実践してきた勲章と胸を張りたいと思います。

最後に、本コラムの執筆に格段のご協力をいただきました市教育委員会の佐藤良二郎さん、メ野勝教さん、安田晃子さん、秘書広報課の時枝直美さん、金光伸也さん、佐々木和美さん、井本由美さんをはじめ、全ての関係者の皆様に心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

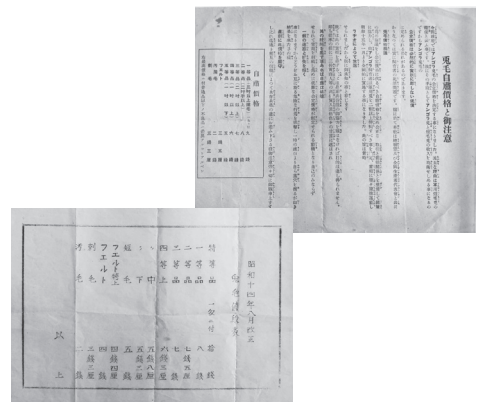
平和ミュージアム（仮称）開館に向けて
kioku wo tsunagu

記憶をつなぐ

このコーナーでは、戦後80年が経ち体験者の声が薄れゆく中、戦争の実像を伝えるためにこれまで収集した資料や今に残る戦争遺構にまつわる「記憶」を紹介していきます。

77 兎毛価格に関するチラシ

アンゴラウサギの毛の買い取りについての説明と価格表のチラシです。ウサギの毛皮は防寒用として軍需品に、肉は食用として余すことなく使用できます。そのため戦争が激化すると飼育が奨励され、毛皮は国による統制の対象となりました。昭和19年には全国の国民学校や中等学校でウサギの飼育がはじまり、飛行服などにウサギの毛皮が使われました。



■ 戦争関連資料を収集しています。提供していただける方は社会教育課 文化財係（☎27-8199）にご連絡ください。資料は平和の尊さを学ぶために活用いたします。

問合せ 社会教育課 平和ミュージアム建設準備室（☎27-8200）