



アダムとハウの インターナショナルリレーコラム

韓国洪城郡を市民17人が訪問！

10/29～11/1、姉妹都市の韓国洪城郡を市民17人が訪問しました。今回の訪問は、洪城郡の大規模イベント「グローバルBBQフェスティバル」への参加や李鎔錄郡守への表敬訪問、文化・観光名所を巡るなど、さまざまな分野で交流を深めました。

グローバルBBQフェスティバルでは、海と豊かな自然に恵まれた洪城郡ならではの新鮮な肉や海鮮といった特産品を味わうことができました。

海から山まで広がる観光地の散策や韓国の伝統文化体験、伝統菓子の「開城酒樽(ケソンジョスル)」作りや「キムジャン(キムチ作り)」体験を通して、文化をより深く学ぶ貴重な機会となりました。会場では市民交流の一環として「Obu × Hongseong」と刻印されたボールペンが配布され、両都市の温かい触れ合いの場となりました。参加者からは「洪城郡のおもてなしに感動した」「グローバルBBQフェスティバルの規模とエネルギーに圧倒された」といった感動の声が寄せられました。

今後も交流の一環として、絵本交流や写真展を開催しますので、ぜひお越しください。詳細は、24ページへ。

※もち米・うるし米で作った韓国の伝統菓子



▲味と趣、楽しさあふれる洪城(日本語訳)

おおぶきっちゃん キャベツと塩昆布のレモン風味

食べる直前に
材料とたれをあえることで
よりおいしく食べられます

▶ 材料(4人分)

キャベツ	80g
ニンジン	10g
油漬けツナ缶	20g
塩昆布	2g
砂糖	小さじ1/3
Ⓐ しょうゆ	小さじ1/2
レモン果汁	小さじ1/2

▶ 作り方

- ① キャベツは千切り、ニンジンは5mm幅の短冊切りにする。
- ② ツナの汁気を切る。
- ③ キャベツとニンジンをゆでて、水気を切り、粗熱を取る。
- ④ ②のツナ・③の野菜・塩昆布・Ⓐをあえる。

レモン果汁を加えることで、ほのかに感じる爽やかな酸味が、食欲をそそります。献立にあと一品加えたいときにおすすめです。

※11/7に市立小学校で提供したメニューです。



アローブ図書館

1月の休館日
1(木)～3(土)・19(月)

☎(48)1808

開館時間 9:00～20:00



11月予約ランキング

1. さよならジャバウォック 伊坂幸太郎/双葉社
2. 中年に飽きた夜は 益田ミリ/ミシマ社
3. 絶縁病棟 垣谷美雨/小学館
4. その本はまだルリユールされていない 坂本葵/平凡社
5. お弁当デイズ フダン弁当、ハレの日弁当 たかぎなおこ/文藝春秋

図書館イベント

読み聞かせ

1/6(火)・20(火)・21(水)	11:00～
1/17(土)・25(日)	14:00～
(低学年向け)1/4(日)・10(土)	14:00～
ストーリー・テリング(5歳以上) 1/10(土)	10:30～
わらべうた 1/8(木)・22(木)	11:00～
紙芝居 1/24(土)	11:00～

今月の一冊

『じゃない！』

チョーヒカル/著 フレーベル館



キュウリだと思ったら、中身はバナナ。ミカンだと思ったら、中身はトマト。奇想天外な発想の食べ物たち、だまさるって楽しい！あなたはいくつ見破れるかな？チョーヒカルが贈る、チョー不思議な食べ物絵本。

図書館Pick Up

かわいい♡ライブラリー

見てかわいい！ 作ってかわいい！ 読んでかわいい！ 本を開くだけで癒やされる、いろいろな「かわいい」本を集めました。

▶ 棚番号 67 ▶ 特集期間 3/15(日)まで



未来に安心をつなぐ3つの準備 「さくらMIRAIサポート」

福祉まるごと相談室 ☎(45)6219

「最期まで自分らしく、家族に負担を掛けずに生きたい」

市には、市民の皆さんのがこういった願いに寄り添い、人生の終わりに向けた準備を支える「さくらMIRAIサポート」という制度があります。

ひとり暮らしの方や家族に負担を掛けたくない方に、安心できる準備を。

市独自のエンディングノート「さくらノート」は、今後の暮らしに関する希望や思いを書き残しておけるノートです。

「わたしのさくら登録」は、このノートの内容や保管場所を市に登録し、万が一のときに、本人の意思が確実に伝わるよう準備しておく制度です。

ひとり暮らしで身寄りのない方に向け、遺言・ペット・葬儀・納骨・遺品整理などの事業者を紹介する「さくらplus」という制度を設けています。

寂しいけれど、安心を得て最期まで自分らしく。福祉まるごと相談室では、終活に関する相談を受け付けています。



福祉まるごと相談室(市役所1階⑧窓口)で市民の方に配布しています

孫がくる 重箱開けて 唐揚げを

今年の幸運者川柳

あなたも一句！



午年さん