



小城のいろんな話題を
突撃レポートする おぎレポ

ただ今100歳 生涯青春！

まつ およ さぶ ろう (小城市) **松尾与三郎さん**

真っすぐな背中、しっかりとした足取りで歩を進めるのは今年、100歳を迎えた松尾与三郎さん。

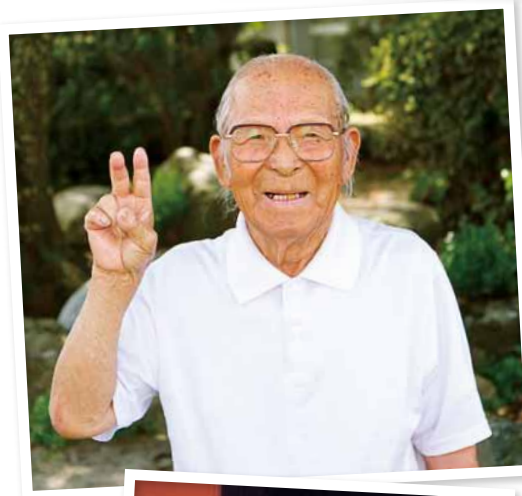
8人兄弟の4番目として生まれ、子どもの頃から勉強が大好きだったそうです。15歳で難関の海軍通信学校に入学後、予科練教育隊の電信教員となり、30歳で終戦を迎え、青春時代は戦争とともに過ぎていきました。

現在はご家族と共に暮らし、忙しい日々を過ごされています。

「14年前に長年連れ添った妻を亡くした時はしばらくふさぎ込んでいましたが、それではいけないと県の高齢者大学に入学し、2年間1日も休まず通い最高齢で卒業しました。学ぶことが楽しく、現在は電車やバスを乗り継ぎ、佐賀市内まで週5日の習い事と、週に1度病院でボランティアをしています。さらに畑仕事もやっています、できた野菜はお世話になっている方たちに差し上げています」とスケジュールはびっしり。

時にはきつくて講座に行くのをやめようかと思う時もあるそうですが、「100歳まで頑張る」を目標に、日々学ぶことを欠かさなかったとのこと。元気の秘訣を尋ねると、「日々やることがあること、友人がいること、そして何でも食べること」と教えていただきました。

次なる目標は「2020年の東京オリンピックを見に行く」と定め、今日も元気に過ごされています。



長年続けている社交ダンス♪



今月の料理

「芋きんつば」

1人分(2個)
→216kcal

材料(2人分・4個)

<衣>

- | | |
|-----------------|--------------|
| ● さつまいも …… 200g | ● 薄力粉 …… 25g |
| ● 砂糖 …… 10g | ● 白玉粉 …… 5g |
| ● 塩 …… ひとつまみ | ● 砂糖 …… 5g |
| | ● 水 …… 50 cc |



作り方

- 1 さつまいもの皮をむき、1cmの厚さに切り、約10分蒸す。
- 2 蒸しあがったら潰して、砂糖と塩を加え、ゴムベラで混ぜる。
- 3 型にしっかりと詰める。(型は弁当箱か小さめのタッパーなどをご活用ください)
- 4 白玉粉に少しずつ水を加え混ぜ、その中に砂糖・薄力粉を加えて混ぜ合わせて少し寝かせる。
- 5 型に詰めた芋を四角にカットし、4の衣をつけてフライパンで一面ずつ焼く。

ワンポイントアドバイス

- ・芋はつぶしすぎない。
- ・型に詰める際はラップを下に敷くと取り出しやすい。

私のおすすめレシピ

佐賀県立牛津高等学校

フードデザイン科3年

もろいずみえり 先生
諸泉絵理奈さん



さつまいもは、食物繊維やビタミンB1、C、E、カリウムなどが豊富で特にビタミンCは、さつまいも1本でリンゴの5倍以上含まれています。さつまいものビタミンCは他の野菜に比べて熱に強いので、いろんな調理で楽しめます。



小城市広報「さくら」次号の11月号は10月20日発行です。

発行/小城市 編集/総務課

〒845-8511 佐賀県小城市三日月町長神田 2312 番地 2

TEL 0952・37・6111(代表) FAX 0952・37・6163

E-mail info@city.ogi.lg.jp

住民基本台帳にもとづく人の動き

平成27年8月31日現在 (前月比)

人口/45,881人(+31) 世帯数/15,822世帯(+32)

人口の内訳 男性/21,672人(+10) 女性/24,209人(+21)



「小城市広報さくら」は大豆油インキと再生紙を使用しています。