



小城のいろんな話題を
突撃レポートする おぎレポ

伝統の技を受け継ぐ

やぶ さめ い て し
流鏝馬 射手師

さだ まつ みき ひこ (牛津町)
貞松幹彦さん

流鏝馬とは、疾走する馬上からの的に矢を射るもので、古来武士の訓練として行われ、神前に奉納されてきました。現在は、五穀豊穡を願い、主に神社などで秋口に行われています。

貞松さんは、両親が、乗馬クラブのオーナー兼・流鏝馬の葉隠神正流の家元である副島さんと知り合いだったことがきっかけで、17歳から乗馬を始め、21歳で流鏝馬デビューを果たしました。

流鏝馬では約15秒の間に、矢をつがえ、二的ないし三的を射なければなりません。馬によってスピードも異なるためタイミングを合わせるのが難しいそうです。

副島さんの厳しい指導の下、弓道も鍛錬を重ねていきました。「流鏝馬に感動し、自分でもやってみたくて思っていました。矢を射る時のドキドキ感がたまらないです。できないことができた時の達成感や馬と心が通じ合えた時は嬉しいですね」と魅力を話します。

昨年はバルーンフェスタ会場で行い、観客から大歓声を得ました。「小城市の方にもいろいろ応援していただきました。しかし、小城市内では流鏝馬を行うところがないので、できるようになればと思っています。そして、いつか海外でも披露してみたいですね」と夢を語ります。



弓を構える
貞松さん

2015 佐賀インターナショナルバルーンフェスタ 流鏝馬
11月3日(火・祝) 12時～13時 嘉瀬川河川敷メインスタンド前

旬の食材
de
**お手軽
レシピ**

今月の料理
「きのこのバター炒め」

材 料 (2人分)	1人分→46kcal
● しめじ …… 60g	● バター …… 小さじ 1.5
● まいたけ … 60g	● にんにく (みじん切り) … 適宜
● エリンギ … 30g	● 白ワイン … 小さじ 2
● パプリカ … 30g	● 塩 …… 小さじ 1/6
	● 小ねぎ …… 10g

作り方

- 1 しめじ、まいたけは小房に分け、エリンギは3等分して厚めの短冊切りにする。パプリカも短冊切りにしておく。
- 2 鍋にバター、にんにくを入れて熱し、香りが出たら1を加えて炒める。白ワイン、塩をふって炒める。
- 3 しんなりしてきたら、2～3cmの長さに切った小ねぎを混ぜて炒めたら完成！

問 健康増進課 ☎37・6106

糖尿病予防におすすめの低エネルギー食材きのこを使った一品です！

私のおすすめ
レシピ
三日月町食生活改善推進員
(ヘルスマイト)の皆さん



きのこは食物繊維、ビタミンB類、ビタミンD₂、ミネラルなどの栄養素を豊富に含んだ低カロリー食品。便通が良くなり、成人病の予防効果が考えられます。また、ミネラルのカリウムが多いので、塩分の過剰摂取を抑制することが期待できます。



小城市広報「さくら」 次号の12月号は11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9月30日現在 (前月比)

人口/45,884人(+3) 世帯数/15,818世帯(-4)

人口の内訳 男性/21,677人(+5) 女性/24,207人(-2)



「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。