



小城のいろんな話題を
突撃レポートする おぎレポ



思いを歌声に乗せて

いずみ (牛津町)
泉るなさん

優しい、伸びやかな歌声が聞く人の心をとらえる泉るなさん。
音楽好きな家族の影響を受け、小学4年生からギターを弾き始め、「好きなことを一生懸命にやる」という家庭の方針もあり、独学で歌とギターを練習してきました。

昨年、仲の良かったところが熊本地震で被災し、泉さんも不安と衝撃に襲われます。

「地震から3カ月後にボランティアで南阿蘇を訪れると、崩れた道や建物などが当時のままでした。美しい風景も一変する。日常って当たり前じゃないんだと思いました。訪れた保育園で、歌わせてもらったら子どもたちが一緒に歌ってくれて、音楽の力を感じたんです」。

そこで、曲作りでの支援を思いつきます。思いを伝えるために歌詞を大事にしたかった泉さんは、「南阿蘇で感じた思いや風景を胸に、今を大切にしたいという思いを込めました。そして、思っていることや伝えたいことは、自分の言葉で、直接伝えて欲しいという思いを込め、完成したのが『This Time』です」と話します。

県内で開催された震災ボランティア体験報告会などで、曲を披露すると涙を流す人も。また、この夏には東日本大震災の爪痕が残る東北にも初めて訪れ、現地の方の思いを聞く機会を得、さらに思いを伝える大事さを噛み締めたそうです。今後もボランティアと音楽活動を続けたいと、語る笑顔が輝きます。



旬の食材 de

お手軽 レシピ

今月の料理

「しいたけのトマトチーズリゾット」

材料 (2人分)

1人分→404kcal

● ごはん …………… 茶碗 2 杯分	● にんにく …………… 5 g
● 干しいたけ …………… 10 g	● 鶏肉 …………… 60 g
● トマトジュース …… 200ml	● 塩 …………… 少々
● 水 …………… 150ml	● こしょう …………… 少々
● コンソメ …………… 小さじ 1	● 粉チーズ …………… 小さじ 2
● オリーブ油 …………… 大さじ 1	● とろけるチーズ …… 20 g
	● パセリ …………… 適量

AR動画が
見られます！



11月は食育月間です!!

干しいたけをトマト
ジュースで戻すことで
しいたけの旨みUP!!



作り方

- 干しいたけを軽く水洗いし、Aに浸しておく。
- 鶏肉は小さく切り、パセリはみじん切りにする。
- 1で戻したしいたけを取り出し、石づきを取り、薄切りにする。トマトジュース(だし汁)は捨てずに取っておく。
- フライパンにオリーブ油とすりおろしたにんにくを入れ熱し、鶏肉、しいたけを炒める。しっかり火が通ったら、3のだし汁とコンソメ、ごはんを加え、ひと煮立ちしたら塩、こしょうで味を調べて煮込み、水分がほとんどなくなったら火を止める。
- お皿の真ん中にとろけるチーズをのせ、その上に熱々のリゾットを盛りつける。



粉チーズ、パセリを
かけたら完成!



問 健康増進課 ☎37・6106

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

ホームページ www.city.ogi.lg.jp ✉ info@city.ogi.lg.jp

住民基本台帳にもとづく人の動き

平成29年9月30日現在 (前月比)

人口/45,424人(-15) 世帯数/16,156世帯(+7)

人口の内訳 男性/21,517人(-9) 女性/23,907人(-6)



「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。