

# みんなで人権を考える集い in 多古

講師 **道志 真弓氏**

入場無料

演題 『生きていて幸せ』



富山県出身。大阪在住。元フリーアナウンサー。2007年～2011年熊本市人権教育講師。不妊治療の末、やっと授かった娘は世界で数十例の染色体異常と診断され、8歳で他界。歩くことも話すこともできなかったが、娘を囲んでの生活は亡くなる直前まで笑顔の絶えない毎日だった。そんな自身の経験を生かし、命の重さや感謝の心、生きることの素晴らしさを全国各地で伝えている。社会福祉大会・人権のつどい・学校・企業・各種団体にて講演回数は450回を超える。道志家のドキュメント番組「9本の赤いばら」は、テレビ朝日系列「ものづくりネットワーク大賞」優秀賞受賞。

と き ● 2月4日(土) 午後1時30分～4時 【開場】午後1時  
 と ころ ● コミュニティプラザ 文化ホール  
 主 催 ● 多古町・多古町教育委員会・北総人権啓発活動地域ネットワーク協議会  
 お問合せ ● 住民課住民係 ☎ 76-5401

プログラム (手話通訳あり)

- 午後1時30分 開会 主催者あいさつ
- 1時45分 多古中学校、多古高校吹奏楽部合同による演奏
- 2時15分 中学生による人権作文の発表
- 2時30分 講演会 道志 真弓 氏
- 4時00分 閉会



人権イメージキャラクター  
 人KEN あゆみちゃん 人KEN まもる君



管理栄養士が教える!

## ヘルシー料理レシピ

減塩で  
高血圧予防!



### さばの青じそ風味焼き (1人分 246kcal 食塩相当量 0.9g)



材料 (大人2人分)

- さば 2切れ
- 青じそ 5枚
- しょうゆ 小さじ2
- みりん 小さじ2
- 酒 小さじ1
- 小麦粉 適宜
- にんにく 1/2かけ
- オリーブ油 大さじ1

作り方

- ①青じそは軸を切ってみじん切りにし、しょうゆ・みりん・酒と合わせてビニール袋に入れる。さばを入れて空気を抜いて漬けておく。
- ②にんにくは、みじん切りにする。
- ③さばを取り出し、軽く汁気を切って小麦粉をまぶす。
- ④フライパンにオリーブ油とにんにくを入れ、弱火にかける。香りが立ったらさばの皮目を下にして焼く。焼き色がいたら裏返して焼く。①の漬けたれを加えて焼きながら絡める。

1人分栄養価  
 エネルギー 636kcal  
 食塩相当量 2.9g

ポイント!  
 青じそで、さばの臭みを消し、風味が良く減塩でもおいしく食べられます!

かぶと舞茸の煮物  
30kcal  
食塩相当量 0.3g

ごはん(120g)  
202kcal

さば青じそ風味焼き

ごぼうの梅マヨサラダ  
130kcal  
食塩相当量 0.8g

青菜と油揚げのみぞれ汁  
28kcal  
食塩相当量 0.9g

## 受章おめでとう ございます

平成28年秋の褒章の受章者をご紹介します。

### 藍綬褒章



もりかわ えいりょう  
**森川 榮亮さん**  
 元農林業センサス調査員



### 町のシンボルのために

11月4日、第一小の児童会役員5名が役場を訪れ菅澤町長に寄付金63,302円を手渡しました。8月22日の台風9号の影響により破損した、あじさい公園レインボーステージの修復費用を補うため、町では新聞やホームページなどを通じてふるさと寄付金を募りました。第一小の児童会役員がそのことを知り、自発的に学校内で募金活動を行ったそうです。この子どもたちの厚意には、心温まるすがすがしい気持ちを覚えました。



## 新しい民生児童委員を紹介します

民生児童委員は、厚生労働大臣から委嘱され、それぞれの地域において高齢者や障がいがある方の福祉に関すること、子育てなどの不安に関するさまざまな相談や支援を行います。誰もが安心して暮らせる地域づくりのために、支援を必要とする住民と行政や専門機関をつなぐパイプ役となる新しい委員の方々を紹介します。

任期：平成28年12月1日～平成31年11月30日

氏名	担当地域	氏名	担当地域
平山 幸治	大原内・新町・仲町	土屋 悦啓	次浦
萩原 茂	堀ノ尻	橋本 充	西古内・台作・井戸山
鈴木 満男	田町・本町	菅澤 徹雄	高津原・大門
野村 豊	高根・飯新	伊藤 正義	御料地・大穴
所 勝之	高野前・切通・居射・豊田	並木 清文	十余三
田中 秀幸	多古台	山倉 壽男	桧木・出沼
越川 光男	島・広沼	並木 稔雄	川島・方田
與風 邦子	船越	八木 利夫	壩・柏熊
藤田 明也	牛尾	及川 浩三	坂
小川美江子	水戸・林・千田	宇井 武雄	南玉造
鶴見 隆	梁井	穴澤 正巳	宮本
鈴木 一三	喜多・五反田	佐藤 文子	宿・芝・新田・横宿・高田・西谷・東谷
萩原ハルコ	間倉	押田 勝	北場・神行・久保・坂並・白貝
小川 進	飯笹	木内 建雄	宮・谷津・南和田・鴻の巣
岡田 牧夫	五辻	宇佐美 仁	南並木・南借当
鈴木 良信	つつじヶ丘		
森川 信夫	一畝田		
越川 一夫	本三倉・谷三倉		

#### ◆主任児童委員

加瀬 行祥	多古町全域
鎌形 育代	多古町全域

お問合せ ● 保健福祉課福祉係 ☎ 76-3185

## あっぱれ 優 拍手!

頑張った人たちを紹介し、応援するコーナーです。

#### 中学校

- 香取郡香取市書写展覧会  
最優秀賞 書道 佐藤陽香  
優秀賞 // 曾根崎茜子
- オリンピック選手杯争奪陸上競技大会  
2位 男子共通200m 宮崎雄大  
// 男子2・3年100m 宮崎雄大
- 社会を明るくする運動作文コンテスト  
県知事賞 長谷川莉咲
- 千葉県アンサンブルコンテスト東部地区大会  
銅賞 打楽器三重奏 プラスバンド部  
// 木管六重奏 //  
// 金管七重奏 //
- 香取神宮奉納剣道大会  
優勝 男子団体 剣道部  
// 女子団体 //
- 香取小中学校体育連盟優秀選手表彰  
優秀選手賞 ソフトテニスの部 小林尚輝  
// // 佐藤颯斗  
// 軟式野球の部 行方勇人