



こちら
西区 Nishi
です

8月号
平成27年

西区役所
〒861-5292 西区小島2丁目7-1 ☎096-329-1111 (代表)

- 総務企画課 ☎096-329-1142
- まちづくり推進課 ☎096-329-1146
- 区民課 ☎096-329-8503
- 福祉課 ☎096-329-5403
- 保護課 ☎096-329-6839
- 保健子ども課 ☎096-329-1147
- 農業振興課 ☎096-329-1158
- 西税務課 ☎096-329-1174
- 農業委員会西区分室 ☎096-329-1179

河内総合出張所 ☎096-276-1111 花園総合出張所 ☎096-359-1122
芳野分室 ☎096-277-2001

西区の人口 (平成27年6月1日現在推計人口) **人口** 92,641人(+18) **世帯** 38,915世帯(+27) **面積** 89.33km²(国土地理院公表値)

西区ニュース

かがやく校区(VOL.2)~中島校区まちづくり委員会~

中島校区には本市の海の玄関である熊本港があり、この地域はメロン、トマト、ナスを中心とした農産物とノリ(海苔)、アサリをはじめとする海産物などが主産業です。

今回は「みんなが集い・ふれあう・ふるさと」を創ろうと取り組んでいる「中島校区まちづくり委員会」(平成9年7月発足 会長 中村 邦博さん)の活動をご紹介します。

■同委員会の活動

①「熊本港花いっぱい計画」

港の景観を住民の手でつくろうと、道路沿いに花植えを始めて今年で34回目となります。こだわりは、植栽だけでなく苗から育てること。港を訪れた人たちに気持ちよく利用してもらおうと、水やりや草取りゴミ拾いも行われています。



②「熊本港みなとまつり 中島校区 夏まつり納涼花火大会」



花火など夏ならではのイベントで、校区自治協議会をはじめ多くの団体の協力のもと毎年開催されています。実施には苦勞も多いものの「ふるさとの素晴らしさを感じ心に残る夏の思い出をつくってほしい」との思いから、地域をあげて頑張っておられます。

今年は2,000発の花火が夜空を彩るそうです。

開催日 8月2日(日)

時間 みなとまつり:午前9時~(活魚つかみどり大会、くまモン体操ほかイベント多数) 花火大会:午後8時半~

場所 熊本新港親水緑地公園

詳しくは、中島校区夏祭り納涼花火大会実行委員会 中村 邦博さん(☎090-3012-9276)へ。(西区役所総務企画課)

西区の食材を生かした
お料理レシピ

今回は「西区でとれる食材を生かした料理コンクール」料理部門で優秀賞を受賞した緒方 千理南さん、坂田 淑代さん、松本 祐さんの「サクサクれんこん衣の明太コロッケ & 簡単おしゃれなつけあわせサラダ」のレシピです。

サクサクれんこん衣の明太コロッケ & 簡単おしゃれなつけあわせサラダ



ポイント

レンコンのシャキシャキ感を生かし、パン粉のかわりに衣として使いました。明太子の辛みとクリーミーさがマッチしたコロッケです。

材料 (4人分)

- コロッケ:じゃがいも400g、乾燥パセリ小さじ2、生クリーム小さじ1、明太子80g(花レンコン用含む)、クリームチーズ70g、塩、コショウ少々
- 衣:小麦粉大さじ1、卵1個、レンコン(花レンコン用含む)200g
- ソース:生クリーム20g、明太子10g、ホワイトペッパー少々
- トマトの添えもの:ミディアムトマト4個、玉ねぎ10g、ドレッシング適量
- その他:パセリ適量

調理手順

【コロッケ】

- ①じゃがいもの皮をむき、茹でる。
- ②花レンコン用のレンコンとコロッケの衣となるレンコンに分ける。
- ③コロッケの衣となるレンコンを適当な大きさに切る。レンコンをフードプロセッサーにかけ、パン粉ぐらいの大きさにし、水にさらす。
- ④明太子、クリームチーズ、生クリームを練って、茹でてつぶしたじゃがいも、乾燥パセリを加え調味料で味を整え、俵型にする。
- ⑤小麦粉、卵、水気を切ったレンコンの順番で④に衣をつける。
- ⑥⑤をしばらく置き、油で揚げる。

【花レンコン】

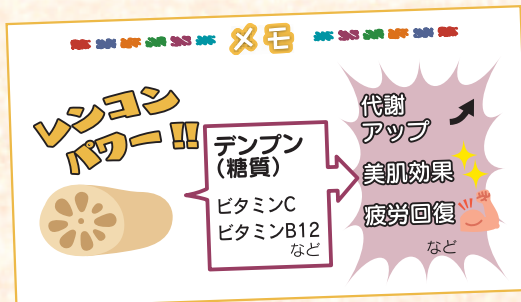
- ①レンコンを適度な幅に切り花形にし、かぶるぐらいの水と酢を少々入れ、中火に2分程度かけて粗熱が取れたら、水気を拭き取りレンコンの穴に明太子をつめる。

【ソース】

- ①生クリーム、明太子でコロッケのソースを作り、ホワイトペッパーで味を整える。

【トマトの添えもの】

- ①玉ねぎをみじん切りにする。
- ②ミディアムトマトをカップ状に切る。
- ③ミディアムトマトに①とドレッシングを合わせたものをカップ状(トマトの下部)となったトマトの上に乗せ、トマトの上部(ヘタ側)をたてかける。



(西区役所農業振興課)

西部公民館休館のお知らせ

日時 8月29日(土)終日

電気工事のため、西部公民館、図書館は休館します。

ご迷惑をお掛けしますが、ご理解の程よろしくをお願いします。

育児教室(2回シリーズ)

無料

日時 8月21日(金)・28日(金) 午後1時半~3時半(受付午後1時~)

場所 西区役所3階 健康センターホール

内容 赤ちゃんの育て方、ふれあい遊び、離乳食の話、お口の手入れについて

対象 西区に住む平成27年3月~4月生まれの赤ちゃん(第1子)と保護者

定員 25組(先着順)

申込み 8月3日から電話で西区役所保健子ども課へ

専門医による心の健康相談

無料

日時 8月27日(木) 午後1時半~3時半

場所 西区役所3階健康センター

内容 専門医による個別相談

対象 心の病気の方や家族など

定員 3組(先着順)※予約制

申込み 西区役所保健子ども課へ

CKD(慢性腎臓病)予防教室

無料

CKDとは腎臓の障がい(たんぱく尿など)や腎臓の働きが低下する病気です。CKDとその予防方法について予防教室で学びませんか。

日時 9月4日(金) 午前9時~正午

場所 西区役所3階健康センター

内容 ・検査(血圧測定、尿検査)

・医師、保健師からのお話

・栄養士からのお話と試食

対象 西区に住む40歳以上の方

定員 30人(先着順)

申込み 8月3日から電話で西区役所保健子ども課へ

食事で防ぐ脂質異常症教室(全2回)

無料

脂質異常症を予防するために、生活習慣について学びましょう。コレステロールや中性脂肪、体重が気になる方、ふるってご参加ください。



日時 9月18日(金) 午前9時半~正午

10月9日(金) 午前9時半~午後1時半

場所 西区役所3階健康センター

内容

<9月18日>

計測、血圧測定、医師・栄養士からのお話

<10月9日>

調理実習、個別相談など

対象 西区に住む、両日程参加できる方

定員 30人(先着順)

申込み 8月3日から電話で西区役所保健子ども課へ