



テーブルっていいですね

これは私の最近思っている、とりとめのない話です。意外な発言に聞こえると思いますが、最近私は沖縄に来て初めてテーブルを買いました。来沖後2年半が経ってからの購入ですが「やっと買いました!」と言えるようになりました。これはパソコン台の次に、部屋に置いてある2つ目の家具なのです。

このようなミニマリストっぽい生活していることを気にしたことがありませんでした。くだらない意地や心配されたくないからとか、そのような気持ちもあるのですが、周りに言われるほど不便な生活じゃなかったことが、私が今までテーブルを買わなかった大きな理由です。食事のときは、片手でお皿を持って食べたりすることが当たり前と述べたら、周りがショックを受け、「うちの折り畳みテーブルをもらっとく?」と譲ろうとしてくれました。家族じゃない人に対するこの親切さに、さすが沖縄人と思ってしまいました。

しかし、家具が欲しくないわけでもありません。自分が住んでいる場所をカスタマイズしたいと思うし、欲しいものはたくさんあります。ですが、何かを買う前に毎回「これは必要?」と頭の中の声が呟いています。その結果、家具だけではなく、家電や様々な便利なものは未だに持たずに日々を過ごしています。でもテーブルがある生活の方がやはりいいですね、と認めざるを得ません。お皿を置けることが、こんなにも素晴らしいと思うこともありますね。

So, tables are pretty nice

This is something that's been on my mind lately. It might sound odd, but I bought a table recently. It's the first table I've bought since coming to Okinawa two and a half years ago. Now I can finally say "I have a table!", which is my second piece of furniture after the stand for my laptop.

This minimalist type of lifestyle is something that I never really thought about. Sure, I might just be stubborn or don't want others to judge me, but it's actually not as troublesome as others seem to think. I never bought a table because I never really needed one! For example, when I eat, I would hold my plate with one hand, and my coworkers would get so surprised about this and always try to lend me their foldable table. Nice gestures like this always remind me about how open-hearted Okinawans are.

In any case, it's not like I don't want any furniture. Of course I want to customize my own home, and of course I want a bunch of things. But every time I see something I want, I always ask myself "do I really need this?" As a result, not only do I not have furniture, but I also don't have very many house electronics or other useful appliances to this day. Yet I have to say: tables are pretty nice. I guess being able to put my plate down on something other than the floor is something to celebrate about!

てだっ子 STUDIO

西原在

うえち かげる
上地 翔 ちゃん(4か月)
ねずみ年ボーイ

牧港在

きんじょう かなと
金城 奏叶 ちゃん(7か月)
洗濯物量むお手伝い

城間在

いなぎ ゆうた
稲垣 優汰ちゃん(2歳)
笑顔に皆癒されてま〜す♡

写真募集中!

【募集対象】市内在住の0~9歳のお子さん
【応募方法】①お子さんの名前②ふりがな③年齢または月齢④居住区⑤一言コメントを入力しkouhou@city.urasoe.lg.jp(広報広聴係)へ画像データを添付し、送信してください。

●写真は、お子さんの顔全体が写っているもの(頭や顔の一部が切れていないもの)
●応募者多数の場合は、抽選の上掲載します。掲載の可否については連絡いたしませんのでご了承ください。

昨年、私にとって想定外のとてもないことが起こりました。それは、我が家でネコを飼い始めたことです。話はいささか長くなりますが、私の父は大のネコ嫌い。一生懸命に手入れをしてきた庭や花木に勝手にウンチをされることが許せずに、朝から漂うウンチ臭に父はいつも激怒し、追いかけて回してたくらいです。そんな父の元で育った私がネコ好きなのはありません。父ほど嫌いではないですが、少なくとも関心はありません。

ところが、昨年の夏、私の娘が「ネコを飼いたい」と言い出したのです。もちろん即、却下しましたが、娘は諦めません。約1か月の激論の末、とうとう家に持ち込まれてしまいました。最後の妥協点は「娘の部屋からは出さない」という条件で折れました。しかし、このしたたかなネコはちゃっかりと隙を狙っては室外逃亡を試み、阻止するとニャーニャーと寂しそうな声で泣くのです。うるさいし、ウンチは臭いし、毛は撒き散らすし、さんざんな日々を過ごして約3か月、不覚にも可愛く見えてきたのです!帰宅すれば走って玄関までやってくる、撫でればお腹を見せて横になる、自分の都合の良い時だけ寄ってくるツンデレ具合まで可愛くて、本を読んでいる私の膝に乗ってきた時にはもうメロメロになっちゃいました。

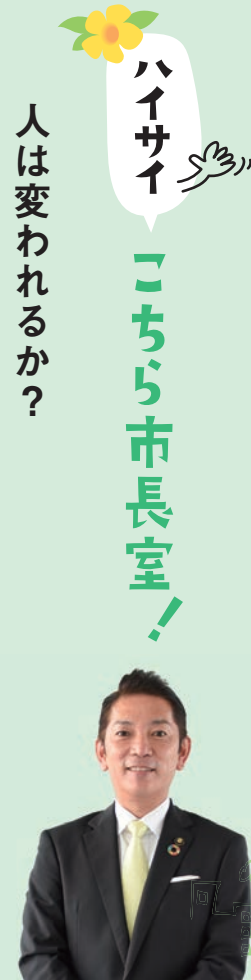


▲市長の愛猫「ふーちゃん」

自分でネコを飼うようになると、不思議なことに自然と街にいる地域のネコも目につくようになってきました。浦添市では以前から、動物愛護の観点からTNR事業等も行ってきましたが、そんな政策を考える上でもより広くて深い視座を与えられました。デジタルな時代だからこそ、今後は浦添市として「命とふれあい」「命について考える教育」にまで取り組んでいきたいと考えています。

ところで、あんなにネコが大嫌いだっただ父でさえも、最近ではうちの「ふーちゃん」を可愛がっています。人ってこんなにも変わるもんなんですね。

浦添市長
松本 哲治



人は変われるか?



簡単! 健康! サッと作れる! サッとごはん

ミルクとみその優しい味わい 鮭と大根の和風スープ

43品目



レシピ提供: 浦添市食生活改善推進員協議会

材料(4人分)

- ・大根 …… 1/3本
- ・生鮭 …… 3切
- ・塩 …… ふたつまみ
- ・バター …… 10g
- ・薄力粉 …… 大さじ2
- ・水 …… 400ml
- ・だしの素 …… 小さじ1/4
- ・冷凍ブロッコリー …… 8房
- ・牛乳 …… 400ml
- ・みそ …… 大さじ2

作り方

- ①大根は乱切りにし、水から15分下ゆでする。鮭は塩を振り、少しおいて水気を切り、1切れを4つにそぎ切りにする。
- ②鍋にバターを入れ、鮭を両面焼き、取り出しておく。
- ③②の鍋に大根を入れて炒め、薄力粉を入れて混ぜ合わせる。
- ④水、だしの素を加え、アクを取りながら大根が軟らかくなるまで煮て、鮭とブロッコリーを加える。
- ⑤牛乳を加え、みそを溶き入れてひと煮立ちしたら完成。

栄養成分表示 (1人あたり)

エネルギー283kcal/たんぱく質26.7g/脂質12.1g/食塩相当量1.5g

うめ~しポイント

鮭に含まれるアスタキサンチンは、筋肉や眼の疲れ、肌の老化予防に効果的です。牛乳とみその風味は意外にもよく合うので、うす味でも美味しく食べることができます。



▲食生活改善推進員協議会