

11年2月
第147号

～自然の恵み 高い栄養価～

みんなでアーサを採ろう！

- ◆ 2月19日(土) 午後12時～
- ◆ 現地＝カーミーギー南側集合
(基地のフェンス沿いにまっすぐ。当日は案内板を設置します)

※保存法の指導会

採取後公民館に移動、地域の高齢者が水洗いや乾燥方法など指導します

※アーサ汁試食

3時頃から予定

【アーサの栄養価】

健康・長寿食として昔から沖縄の食卓で愛用されてきました。タンパク質や繊維質、カルシウム、リン、鉄分、ビタミンAカロチン、ビタミンB1・B2などが豊富とのこと。味噌汁のほか最近ではソバ、饅頭、ノリなど使用メニューも多彩。

今年は豊作！ 今が最盛期！

準備するもの レジ袋や洗濯用網袋、フォーク(サジなど。多少の雨天結構。靴はスニーカー。足下は濡れます(ひざ下20センチ程度)

第2回目は3月13日(日)を予定



カーミーギー公園化に向けて 自然の海辺活かした公園に

第2回WSで多くの意見

1月28日、「浦添市まちづくり基本構想」の第2回ワークショップが、当自治会公民館で開かれました。市民メンバーの他市担当者、とりま

とめの委託業者など40人近くが参加、カーミーギーと沖食用地の複合施設について「どんな公園、施設にするか」「そのための課題は何か」参加者の思いを出し合いました。カーミーギーについては圧倒的多数が「出来るだけ自然海浜を活かす」「体験学習機能が必要」「世代間交

流・憩いの場に」「シリんカー緑地と連動させる」など、これまで自治会が取り組んできた里浜活動に結びつく提案でした。写真。WSは今年中に第3回まで開催して構想案が作られます。引き続き次



年度か「基本計画策定」に向け8月頃にワークショップが開かれます。

お知らせ

【春のバスツアー】3月6日(日)東村のつつじ祭見学を計画していますが、バス手配などの関係で、事前の参加予約制となります。

募集定員 50名

募集期間 2月28日(月)

ただし、定員に達し次第応募締め切りと致します。申込は嘉陽(書記)か銘苅(会長)または評議員まで。参加費は食事実費【ボーリング大会】ふれあいサロン、いきいき健康クラブ合同で2月10日(木)午前10時から。会場はてだこボール。当日の参加も受け付け

【放課後子ども教室舞台発表会】

12日(土)。ことしは「エイサー教室」が出演します。演舞時間は午後午後4時頃の予定。ぜひご覧になって、地域の子ども達を応援下さい。

アーサ汁おいしい！

てだこウォーク 800人余に提供キャンプキンザーコース参加者に対し、自治会では今年もアーサ汁、天ぷら、湯茶などを準備、激励しました。「浦添でもこんなおいしいアーサがとれるんだ」。参加者には大好評。準備する皆さんも大忙しでした。



「磯の香りがする。元気がもらえました」参加者も大喜びでした(めかる商店前)

浦添市都市計画マスタープラン

市民ワークショップ開催

平成16年度策定の基本計画見直しのため、市内8地区を対象に順次の開催。国道西側(北地区)は26日に行われ、銘苅会長、田邊副会長、銘苅徳人評議員の3人が参加、課題点や要望等提起。次回は3月1日。