



シェイ・ヤマグチの

出会いに

Mahalo

マハロ=感謝の意味 vol.35

原文・和訳
シェイ・ヤマグチ
Shea Yamaguchi

ハワイ州オアフ島出身。
2018年8月から国際交
流員として、浦添市役所
国際交流課に配属。

梅雨時期のカビがやばい

毎年訪れる梅雨は個人的に好きです。落ち着くパラパラ降る雨の音や綺麗で静かな雰囲気に染められた街が好きです。また、私は暑がりなので、真夏に入る前の梅雨が最後の涼しい季節と考えています。

でも、それらに伴うカビがあります。私が思うカビはお風呂のような湿気があるところに生えているイメージがあります。それと、あまり確認していないところも生えているイメージです。ハワイではお風呂のカビが一番見えるのに対して、沖縄に来てからお風呂の次にリビング、押入れ、キッチン、網戸のフレームの他に、色んなところにカビが生えるのを見てきました。沖縄はカビが生えやすい環境だと認識していたのですが、初めの1年目は甘く見てしまいました。

3か月前に片づけた靴を履いてみたら、カビがちらっと見えます。タバスコで料理に刺激を加えたいのになぜかフタの下に白いのが生えています。もうそろそろ暑さ対策として本格的にエアコンをつけることにしようと思ったけど、妙なカビくさい臭いが流れてきます。それだけではなく、梅雨に入ったらますますカビを発見することができます。

この部屋とも、いよいよ来月が最後になりますが、部屋の掃除であっちこっちのカビに気づき始めています。考えるだけでゾッとします。次からは、注意してカビ対策をきちんとするようにします。

Rainy season mold is crazy

Personally, I really like the rainy season. The sound of pattering rain is soothing and the rain brings about a serene calm to the city, painting it in a beautiful somber tone. There's also the fact that I like cold weather more than hot weather, so rainy season is the last month before hot and humid summer rolls in full force.

But, then there's the mold. Now, I think of mold as something that grows in damp places like the bathroom. Something that tends to grow in areas that you don't check very often. At least, that was what I thought when I lived in Hawaii. Since coming to Okinawa, I have seen mold grow not only in the bathroom but in the living room, closet, kitchen, door frame, and many more areas! Honestly, I knew about the mold issue before coming to Okinawa, but I was too lax during my first year here.

Want to wear those pair of shoes you stored three months ago? Oh look, there's some mold on the surface. What about using some tobacco to spice up your food? Mold is growing along the underside of the cap. It's about time to start using the air conditioner to stay cool. Oh my god, why's there some moldy smell coming from it! And all of that is really just the tip of the iceberg.

Next month marks my final month here, and I'm really starting to see all the mold growing in my room thanks to cleaning. Just thinking about it gives me shivers. I'm going to pay proper attention to keeping my next place mold-free.



てだっ子 STUDIO

スタジオ

てだこキッズファースト
宣言大使
てだ子



牧港在

まつむら たつき
松村 辰紀 ちゃん(4か月)
丑年だからこの格好
安易だな～



屋富祖在

さとう かなほ
佐藤 奏帆 ちゃん(1歳8か月)
暑さにも負けないよ♪



大平在

きんじょう えま
金城 咲希 ちゃん(5か月)
素直な優しい子にな～れ♡

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。



ハイサイ

こちら市長室!

だいじょうぶ

今、日本全国全ての地方自治体において新型コロナウイルスワクチン接種が急ピッチで進められています。コロナウイルスへの抜本的な対策はワクチン接種と言われる中で、多くの人が接種を心待ちにしています。ワクチン接種が一大国家事業となり、マスコミも競って各自治体の接種状況を報道するものだから、どうしても各自治体には見えないプレッシャーとなり、まるで競走馬の気分です。

いかにせん今回のワクチン接種事業が難しいのは、医師会や医療従事者との連携が必須で行政だけで完結することができない、市民の健康に関わるためより慎重さが求められる保健事業である、熱中症対策ができる大規模会場の確保、ワクチンの厳格な温度管理、2回接種、国からのワクチン供給量等、複雑な条件を満たすオペレーションが求められているからです。そんな膨大かつ初めての作業に市役所職員も医療従事者も涙ぐましい程の毎日を過ごし、働き方改革はどこへやら、担当者は連日クタクタになりながら業務をこなし週末も働いています。市民から届けられるあらゆる要望や苦情と、丁寧に正確に遂行されなければならない実務作業との狭間で今日もコロナ終息

に向けて多くの人たちが懸命に汗を流しているのです。

大切なことは他市町村との競争に勝つことではなく、浦添市の地域事情も踏まえつつ現実的かつ効率的な方法で、希望する全ての市民への接種が一日でも早く終わるようにすることです。その引き換えに、誰かが過労や心労が原因で倒れたり去っていくことがあってはならないと私は考えるのです。誰かの犠牲の上に成り立つ成功は、本当の意味での成功とは呼べないと思います。

今は緊急事態です。国難の時であって平時ではありません。こんな時だからこそ、ギスギスしたりせず穏やかに、力を合わせお互いを思いやり、笑顔で支え合える毎日を過ごしましょう。私たち二人ひとりが試されています。

大丈夫、だいじょうぶ、きつとうまくなりますよ。



浦添市長
松本 哲治

◀分かりやすい
コロナワクチン
インターネット
予約方法動画





簡単! 健康! サッと作れる!

サッとごはん

豚肉とニンニクで疲労回復メニューに!

とうがん

冬瓜と豚肉のニラスープ

46品目



レシピ提供: いきいき高齢支援課 栄養士 ながみね のぞみ 長嶺 臨

材料(4人分)

- ・冬瓜 …………… 200g
- ・しいたけ …… 2枚
- ・にんにく …… 1かけ
- ・しょうが …… 1かけ
- ・ニラ …………… 4本
- ・豚肉(薄切り) 300g
- ・酒 …………… 大さじ1
- ・かつおだし … 1ℓ
- ・塩 …………… 小さじ1

作り方

- ①冬瓜は一口大、しいたけはスライス、にんにく・しょうがは千切り、ニラは3cmの大きさに切る。
- ②豚肉は食べやすい大きさに切り、酒をなじませる。かつおだしをとっておく。
- ③鍋にかつおだし、豚肉、冬瓜、しいたけ、にんにく、しょうがを入れて15分煮込み、あくをとる。
- ④ニラを加えてサッと火を通す。
- ⑤各材料の火の通りを確認し、塩で味を調える。

うめ～しポイント

冬瓜に多く含まれるカリウムは、塩分を体の外に出す働きがあるので、塩分の摂りすぎを調整するのに役立ちます。冬瓜と豚肉、にんにく、ニラの組み合わせで暑さを吹き飛ばしましょう。冬瓜を青パパイヤに変えても美味しいです。

栄養成分表示(1人あたり)

エネルギー159kcal／たんぱく質16.9g／脂質8.5g／炭水化物4.4g／食塩相当量1.3g／カリウム529mg