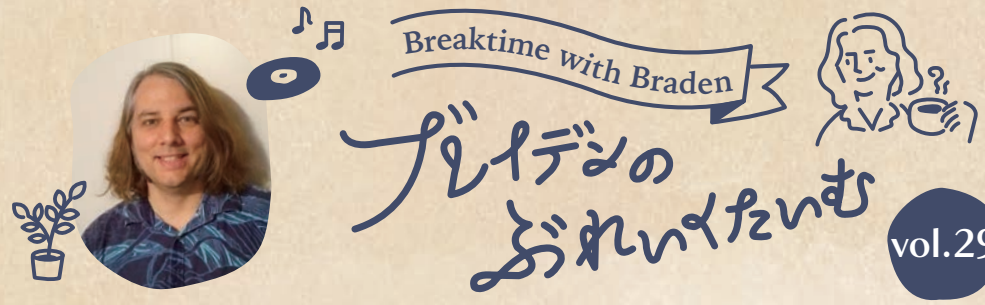




原文・和訳

ブレイデン・ベナイト
Braden Bennight

ワシントン州フェデラルウェイ市出身。2021年11月から国際交流員として、浦添市役所国際交流課に配属。

聖パトリックの祝日

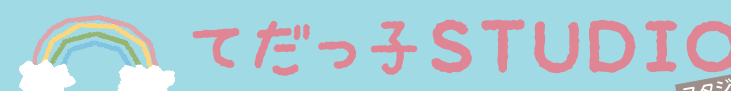
毎年3月17日に、全米の多くの人々が聖パトリックの祝日を祝います。元々アイルランドの祝日ですが、カナダ、ブラジル、オーストラリアを含む多くの国でもアイルランド系移民、その子孫、そしてその他の多くの人によって祝われています。今回は、具体的にアメリカでの祝い方を紹介します。

アメリカの聖パトリックの祝日では、多くの人々がアイルランド文化を祝う活動をしします。例えば、緑色（アイルランドの象徴）の服を着たり、緑の服を着ていない人をつねったり、コンビーフ・アンド・キャベツを食べたり、パレードに参加したり、緑色のビールを飲んだり、シャムロックのクローバーを飾ったりします。私が知っている日本で一番大きな聖パトリックの祝日のお祝いは、私の留学先であった島根県の松江市で行われています。昔、パトリック・ラフカディオ・ハーン（小泉八雲）という有名なアイルランド人小説家が松江市に在住していたことから、大きなパレードが開催され、アイルランド文化を祝っています。沖縄にいても祝える方法があるのかを考えるのが楽しみです。私は、緑色にちなんでヤクルトスワローズのジャージを着ようと思っています！

St. Patrick's Day

Every year on March 17, many people across the United States celebrate St. Patrick's Day. Originally an Irish holiday, it is also celebrated by Irish diaspora, their descendants, and many other people in many countries, including Canada, Brazil, and Australia. In this article, I'll write about how it's celebrated in the US specifically.

On St. Patrick's Day in the US, many people do things to celebrate Irish culture. This includes wearing green (symbolizing Ireland) clothing, pinching people not wearing green, eating corned beef and cabbage, attending parades, drinking green beer, and decorating with shamrocks. The biggest St. Patrick's Day celebration I know in Japan is in Matsue in Shimane Prefecture where I studied abroad. They have a large parade and celebrate Irish culture, because long ago, a famous Irish author named Patrick Lafcadio Hearn lived there. I look forward to finding ways to celebrate it in Okinawa as well. I will be wearing my green Yakult Swallows jersey!



てだこキッズファースト
宣言大使
てだ子



屋富祖在

いれいじょう やまと
伊禮門 大翔 ちゃん
(2歳)
気分はモデル♡



安波茶在

やびく みと
屋比久 美杜 ちゃん
(2か月)
このムーチーが目に入らぬか♡♡



宮城在

みやぎ ひなた
宮城 陽向 ちゃん
(1歳)
抱っこ大好きちゃん♡

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)に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。

今年1月、福島県双葉町の東日本大震災・原子力災害伝承館を訪ねました。2011年3月11日に発生した東日本大震災から13年の年月が経過しようとしている中、沖縄で平穏な日々を送る私にとって、今一度多くのことに気づかせてくれる貴重な体験となりました。東日本大震災は、地震津波、原子力という3つの災害が重なって発生した世界でも類を見ない複合災害でした。

地震によって主電源を失った東京電力福島第一原子力発電所では、津波の襲来により非常用電源までもが喪失、核燃料が自らの熱で溶けだすメルトダウン(炉心溶融)が発生しました。水素爆発で次々と建屋が吹き飛んだことで、大量の放射性物質が空气中に放出されたため、地震発生翌日には双葉町に避難命令が発令され、着のみのまま住み慣れた故郷を去らなければならませんでした。

地震と津波に襲われた町には、家族親戚、友人、知人などまだ助けを待つ多くの命があったにもかかわらず、救助作業も捜査活動も止めてその地から避難しなければならなかった人々の心には、どれほどの悲しみと重い十字架が残ったことが。



浦添市防災マップはこちら

慰霊碑が建立された小高い丘の大平山霊園に立つて町を眺める時、祈りを捧げるしかなかった。長い年月が過ぎましたが、今でもあの東日本大震災が終わったわけではありません。地震と津波で命を失った犠牲者の数よりも震災後の関連死者数の方が上回り、帰らぬ主を待つ荒れた廃墟が未だに多く存在し、まるでそこだけ時間が止まっているようでした。

阪神・淡路(1995年)、熊本(2016年)、そして今年の能登半島地震。沖縄の台風まで考えると、日本はまさに自然災害を避けては通れず、向き合い続けなければいけないのです。

私たち一人一人が防災意識を持つて備蓄などの自助力を備え、地域で支え合う防災力を高めておきましょう。みんなであなただけを守り、あなたがみんなを守る、そんな街にしていきたいものです。

ハイサイ
「あの日を忘れないう」
こちら市長室!



浦添市長
松本 哲治



簡単! 健康! サッと作れる!

サッとごはん



ミルク煮であっさりとした味付けに
鮭のミルク煮



材料(2人分)

- ・生鮭 2切れ(140g)
- ・塩、こしょう 少々
- ・薄力粉 小さじ2
- ・ほうれん草 1束(200g)
- ・マッシュルーム缶(スライス) 40g
- ・オリーブ油 小さじ1
- ・牛乳 120cc
- ・コンソメ 3g

作り方

- ①生鮭に塩、こしょうで下味をつけ、5～10分置いた後、3等分にし、薄力粉をまぶす。
- ②ほうれん草は茹でて4cm幅にざく切りにし、マッシュルーム缶は水気を切っておく。
- ③フライパンにオリーブ油をしき、生鮭を焼く。火が通ったらフライパンから取り出す。
- ④同じフライパンでほうれん草、マッシュルームをしんなりするまで炒める。
- ⑤④に焼いた鮭、牛乳、コンソメを入れてひと煮立ちさせる。味が全体にいきわたったら完成。

栄養成分表示(1個当たり)

エネルギー 185kcal
食塩相当量1.2g/野菜100g

うめ～しポイント

生鮭、ほうれん草、マッシュルーム缶の水気をしっかりと切ることで水っぽくならずミルクの味わいを楽しめます。また、冷凍したほうれん草や、生のマッシュルームでも調理可能なのでぜひお試しください!

レシピ提供: 健康づくり課 管理栄養士 又吉 彩加