

Breaktime with Braden

ブレイドの
おれいしたいむ vol.31

原文・和訳
ブレイドン・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。



家族とヤンバルクイナを見たとき

Seeing a Yanbaru Kuina with My Family

皆さん、こんにちは！新年度はいかがお過ごしでしょうか？これを書いている今、うちの子どもの春休みが終わったところです。7月で浦添市での任期が終わり、沖縄を去ることになります。その前に、ここ沖縄に生息するヤンバルクイナを見てみたいと、うちの子どもたちが言っていたので、春休みの間に家族で見に行くことにしました。

Hello everyone! I hope you are all adjusting well to the new fiscal year! As of writing this, my children just finished their spring break. Because I am finishing my contract and we are leaving here later this year, my children wanted to see the Yanbaru Kuina, which are native to Okinawa, before we leave Okinawa. So, we decided to go see one during their spring break.

野生ではなかなかヤンバルクイナを見ることができないので、国頭村にあるヤンバルクイナ生態展示学習施設クイナの森へ見に行きました。家から58号線を通って2時間半もかかる旅でしたが、施設へ向かう途中に通った森の中の道がとてもきれいでした！

Because they are extremely difficult to find in the wild, we decided to go see one at the Yanbaru Kuina Ecological Exhibition and Learning Facility Kuina No Mori, located way up north in Kunigami. It was a 2 and a half hour drive up 58 from our home and the drive through a forest to the facility was very beautiful!

ようやく施設で1羽のクイナを見ました。走り回る姿や水浴びをする姿がとてもかわいかったです。やっと見ることができた子どもたちも喜んでいました。帰りに58号線沿いの国頭にある道の駅に立ち寄り、沖縄そばを食べて、そこにあった面白い博物館も見ました。とても楽しい旅でした！

When we finally saw a Kuina at the facility, it was very cute as it ran around quickly and bathed itself. The kids were happy to finally see one. On the way home we stopped by a rest area in Kunigami off of 58, where we ate Okinawa soba and saw an interesting museum. It was a fun trip!

てだっ子STUDIO

てだこキッズファースト
宣言大使
てだ子



港川在



りょうのしん
銘苅 良之心 ちゃん
(8か月)
うらーまーく一次男坊♡

仲西在



ゆわ
久貝 悠笑 ちゃん
(1歳)
素敵なお顔を毎日愛嬌たっぷり♡

当山在



ひうと
比嘉 楓人 ちゃん
(1歳)
すべり台が大好きな楓人さん

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。

ハイサイ こちら市長室!

「特別支援学校の朝」

市内には2つの特別支援学校がある。「大平」と「鏡が丘」だ。

先日、久しぶりに朝の送迎風景を見る機会があった。学校が遠いなどの理由から、自分だけでは歩いて登校できない子もいるので、特別支援学校では多くの児童生徒たちが自家用車や送迎バスを利用し学校に通っている。

私は市長になる前に福祉系NPO法人に勤めており、特別支援学校への送迎事業にも携わっていたが、当時に比べると、より安全でスムーズに乗り降りができるように工夫・改良されていて、懐かしい風景に感心しながら遠くから眺めていた。

児童生徒を中心に、送迎をする家族やスタッフと、彼らを迎える側の学校関係者とが織りなす朝の送迎風景は、私が考える「沖縄一優しい福祉の街・うらそえ」の原風景なのかも知れない。

おはよう。ありがと。待っていたよー元気な声がこだまする。特別支援学校での朝の送迎風景は、格別に素敵なものだ。爽やかな笑顔と愛情たっぷりにハグが交わされて、誰もがお互いを大切に思いやり、愛と優しさで満たされる平和な日常生活のひとコマなのだ。真夏の朝も、土砂降りの朝も、そして、冷たい風に凍える真冬でも、変わらずに繰り返される心温まる風景。特別支援学校で毎日交わされる人と人との純粋な営みには、心から大切に思う相手への優しさが溢れている。まるで大きな家族のようだ。複雑な政治の世界に身を置く私が忘れがちな、しかし政治の原点とすべき大切な心がそこには存在しているような気がして、時間を忘れて眺めていた。

みんながそれぞれの個性を發揮して、お互いに尊重し合えて、お互いに助け合いながら幸せに暮らしている。誰かの手を借りてもいいんです。お世話になっても、少し迷惑をかけてもいいんです。みんなお互いさまじゃないですか、誰も完璧な人間なんていないんだから。浦添市はそんな共生の街でありたいと心から願う。

さあ、今朝も彼らから元気と勇気をいただいで、今月も笑顔で明るく前を向いて歩いていきましょう！



浦添市長 松本 哲治

簡単!健康!サッと作れる!

いちおしレシピ

サッとごはん

ストック食材で簡単スープ
大豆とキャベツのトマトスープ

80品目

野菜

材料(4人分)

- キャベツ 大2枚(100g)
- 玉ねぎ 1/4個
- セロリ(茎) 1本
- 大豆水煮 1/2カップ(75g)
- トマト缶 1缶(400g)
- サラダ油 大さじ1
- 水 200ml
- 固形コンソメ 1個
- 砂糖 小さじ1/2
- こしょう、乾燥パセリ 少々

作り方

- ①キャベツ、玉ねぎ、セロリを1cm角に切る。
- ②鍋にサラダ油を熱し、中火で①を炒める。
- ③野菜がしんなりしたら大豆を加えてさっと炒め、トマト缶と④を加えて2~3分煮る。
- ④こしょうで味を調え、器に盛り付けてパセリを散らしたら完成!

栄養成分表示(1人当たり)
エネルギー 87kcal
食塩相当量0.7g/野菜152g

うめ~しポイント

1品で野菜をたっぷり取れるスープです。冷蔵庫に残った野菜の活用にもおすすめ!少量の砂糖を入れることで、トマトの酸味が弱まり、食べやすくなります!

レシピ提供:浦添市食生活改善推進員協議会