



長崎のいろんなことを
気軽に話ませんか？

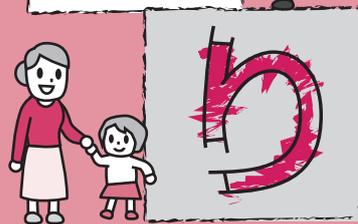
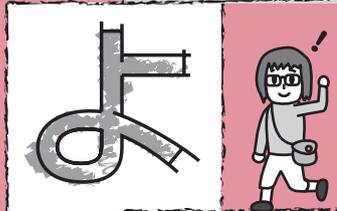
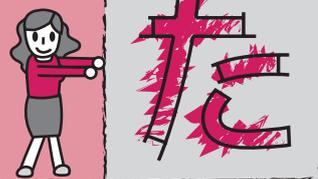
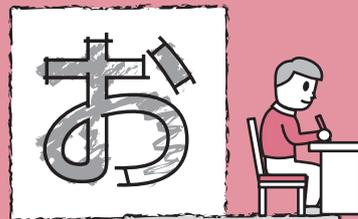


平成24年に開催された5年に一度の和牛のオリンピック「第10回全国和牛能力共進会(肉牛の部)」で、内閣総理大臣賞を受賞し、日本の称号を手にした「長崎和牛」。その一翼を担ったのが、市内の8戸の農家だけで育てられたブランド和牛「出島ばらいろ」です。「出島ばらいろ」は、薔薇の花のように鮮やかな肉色とバラ肉の厚さが特徴で、肉本来のうま味を持つ赤身とまろやかな脂身のバランスがよい牛肉で

■日本一の長崎和牛「出島ばらいろ」は「ど」っ
「出島ばらいろ」を食べたり、県外の人を買って送ったりしたいと考えています。長崎市内のどこに行けば食べられるのか、どこで買うことができるのか教えてください。
(坂本1丁目 60代 男性)



す。
長崎市内で「出島ばらいろ」がいつも品揃えされて食事できる場所は、専門店の「焼肉 真本店(辻町7-23)、購入できる場所は、S東美本店(浜町1-22)や滑石ショッピングセンター・ダンクユ(滑石5丁目1-15)、贈答用に発送できる場所は、すみやアミュープラザ長崎店(尾上町)などがあります。



このコーナーに掲載する皆さんからのご意見を募集しています。

広報ながさきのご感想やまちづくりについてのご意見をプレゼントクイズのコーナーにお寄せください。

掲載させていただいたかたには、図書カードをプレゼントします。

※お便りは、広報ながさきや市ホームページでの紹介、プレゼントの発送に利用します。

また、昨年11月には、明治屋商店(上町2-7)が、「出島ばらいろ」の加工品第1号となるローストビーフを開発しました。店舗での販売に加え、インターネット販売も行っています。
なお、JA長崎せいひの「出島ばらいろ」専用ホームページでは、この牛肉の特徴、生産者および取扱店などの詳細な情報が掲載されています。
3月は、卒業や入学、就職など、新しい門出を祝うことが多い季節です。ご自宅での食事や、大切なかたへのご贈答用として、ぜひ「出島ばらいろ」をよろしくお願ひします。また、長崎市ふるさと納税の謝礼品の一つにもなっていますので、市外へお住まいの知人・友人のかたにもぜひご紹介ください。
(水産農林政策課)



ホームページのQRコード



今月の
プレゼント

お店 明治屋商店

商品 出島ばらいろ
ローストビーフ



商品は400g

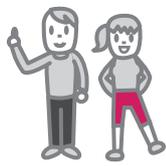
多くのイギリス人が幕末の長崎で活躍しました。出島ばらいろを使い、伝統的なイギリス料理の一つローストビーフを、職人が一つ一つ丹念に味付けし、丁寧に焼き上げました。長崎の歴史に思いをはせながらご堪能ください。

問 上町2-7 ☎822-0920

表紙の話



元気に遊んだ校庭で撮影しました。先生、保護者、地域の方々、多くの人に支えられた学校生活でした。4月から、4人は高城台小学校で元気に駆け回ります。



さまざまなご意見をお待ちしています。



公園で楽しく健康づくり

公園で運動ができるような高齢者のための健康遊具を増やしてほしいです。また、どこの公園にあるのかを教えてください。
(鳴滝1丁目 60代 女性)

健康遊具とは、身近な公園で気軽に健康づくりを行えるよう、大人を対象に設計されている遊具です。この健康遊具を利用することで、簡単なストレッチや筋力トレーニングなどを行うことができます。特に高齢者のかたは、健康遊具とウォーキングを組み合わせた運動を行うことで、加齢に伴い低下しやすい「柔軟性・筋力・バランス力」を効率よく鍛えることができ、寝たきりの原因となる骨折や転倒のリスクを抑えることができます。



長崎市では、現在、そのような運動に適した広さを持つ公園などを対象として、高齢者を対象とした健康遊具を増やしていくよう取り組んでいます。

次の7カ所の公園には高齢者を対象とした健康遊具を7基程度設置しています。

- ・黒崎永田湿地自然公園(永田町)
- ・秋寄公園(横尾2丁目)
- ・矢上団地近隣公園(かき道2丁目)
- ・祝捷山公園(上小島5丁目)
- ・元宮公園(布巻町)
- ・脇岬ふれあい公園(脇岬町)
- ・えがわ運動公園(末石町)

ほかにも、出雲近隣公園(出雲1丁目)や長崎東公園(戸石町)などに健康遊具を設置しています。ただし、運動の負荷が大きく、高齢者を対象としていない健康遊具もありますのでご注意ください。

これからの季節、少しずつ暖かくなりますので、天気の良い日には健康づくりを兼ねて公園におでかけしませんか。(みどりの課)

災害に備えて

先日、大規模災害に備える趣旨のテレビ番組を見ましたが、私には難しく感じました。普段から気軽に取り組めることはありませんか？
(戸町3丁目 60代 女性)

大きな災害が発生した際には、家族や隣近所の助け合いなど、いわゆる、自助共助の重要性が、過去のさまざまな災害から明らかになっています。平成7年の阪神淡路大震災では、倒壊した家屋に閉じ込められた方々の約97%が

自力での脱出、または隣近所のかたに助け出され、消防や自衛隊といった公助による救助の割合は3%にも満たない状況でした。

このことから分かるように、災害から身を守るためには自助・共助の取り組みが非常に重要で、そのためには、普段から災害に対する心構えを持つて生活することが大切です。

しかしながら、「自助・共助の必要性は分かるけど、何をしたらいいのかわからない」というご意見もあり、日常生活において、いつ起こるか分からない災害に対する心構えを普段から持ち続けることは容易ではありません。

そこで、地域の運動会で防災に関する競技を取り入れたり、夏祭りや防災クイズコーナーを設置したりするなど、防災への興味を持ってもらうための取り組みをしている地域があります。



このような取り組みを広げていくことを自治会などに提案していますので、地元で開催される際には、ぜひ、ご参加ください。ちよつと行ってみることが、気軽に始められる第一歩となります。(防災危機管理室)

問題

おいしい果物がとれる福島市や、フラガールが見られるいわき市があるのは何県?(ヒントは、8ページ)

答え ○○県

応募方法・応募先

①〇〇に入る答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥広報ながさきのご感想やまちづくりについてのご意見などを必ず書いて、はがきかホームページで応募してください。

抽選で右欄のプレゼントを差し上げます。締め切りは3月31日(木)消印有効です。たくさんのご応募お待ちしております。

【はがき】〒850-8685
長崎市「広報ながさき」プレゼント係
【市ホームページ】トップページ「市民参加」の「プレゼントクイズ」

発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。プレゼントは、商品を提供していただくお店から発送します。お便りは、広報ながさきや市ホームページで紹介させていただく場合があります。



QRコード

今月のクイズ

【2月号の答え】

ねんりん

※1月号には193通のお便りをいただきました。ありがとうございました。