

TOPICS

- ・ 関あじ関さばホルダー
- ・ トリニータコラボタオル
- ・ メッセージてぬぐい
- ・ 栄養、運動の一言コラム

佐賀関かわら版

saganoseki fureai news paper

Vol. 3
2026.3.20



佐賀関の新グッズ続々登場



これまでに寄せられた支援への感謝の気持ちを込めて田中連合区の皆さんが、手作りのキーホルダーを制作し、3月14日に開催された「関あじ関さば祭り」で来場者に配られました。キーホルダーは関あじ・関さばなどをモチーフにしたもので、地域の交流拠点「関ばっくす」を利用する地域の皆さんが一つ一つ心を込めて手作りしたものです。用意されたおよそ 800 個は、祭りを訪れた多くの人に手渡され、会場では笑顔とともに感謝の気持ちが広がった。田中連合区では「これまでの支援への感謝を形にしたかった」と話しており、訪れた人たちに地域の思いを伝えていた。支援者への御礼などに今後も制作は続けられる予定。



写真左：関あじ関さばホルダー 右：トリニータコラボタオルと田中連合区の皆さん

佐賀関氏子青年会は、元旦から早吸日女神社境内にメッセージボードを設置。寄せられた佐賀関への思いや願い、応援の言葉が被災した地域住民に届くようにメッセージボードを元に氏子青年会が手ぬぐいをデザインした。完成した手ぬぐいは、地域住民が集まる「きずな交流会」で参加者の方へ配布された。今後は 5 月に開かれる「ふじ祭り」などの会場で販売し、収益は寄付金として地域支援などに役立てる予定としている。

地域への思い手ぬぐいに



写真：地域のきずな交流会で手ぬぐいを配布した氏子青年会

佐賀関の行事予定

- 毎週金曜日・第 4 土曜日
- ・ ふれあいカフェ (移動販売) (10:00～/ふれあいカフェ)
- 毎週 土日祝
- ・ 関ばっくす ~SEKIBACKS- (10～16 時/田中公民館)
- 毎月第 4 金曜日
- ・ ノルディックウォーク体験 (13:00～/ふれあいカフェ)

■編集後記～これを読めるあなたはとっても目が若い証拠です～佐賀関のイベントを改めて年間カレンダー化してみると小さな町でも結構多いことに気づく、とはいえあじさば祭りが終わると夏までは一旦落ち着く。決して皆が花粉症だからといったわけではない。都市部よりもいくぶん症状はマシになるものの辛いものは辛い。取材依頼などのご要望お待ちしております。



佐賀関中学校
3月号

X(みらい)大賞、大分市生徒指導研究会会長賞受賞



2月16日 J X 金属製錬が主催する作文コンクールの授賞式が行われました。佐賀関の未来を考える作文を出品し、大賞の上田莉菜さんをはじめ、黒木蒼空さん、後藤舞弓さん、姫野海琴さんの 4 名が表彰されました。また翌 17 日には大分市教育委員会等が主催する「よいこの表彰」の表彰式がありました。けがで動けない女性を助けた齊藤心音さん、後藤舞弓さん、姫野海琴さん、齊藤悠音さんの 4 名が表彰されました。これからも地域とのかかわりを大切にがんばっていきます。

今月の担当記者：2年 (戎野、後藤、坂井、鹿田、姫野佳、姫野海、都、森瀬、吉田)

ひろみ 栄養アドバイス

先生の 佐賀関病院 管理栄養士 Vol.2 「食は健康の源、栄養は生きること」

「冷えは万病のもと」生野菜や冷たい飲物は避け、スープや煮物、お鍋料理など温かい食べ物を選ぶだけで、寒さや感染症に負けない体づくりに繋がります。



安くてもたんぱく質豊富・春らしく

豆腐の揚げ出し風カニ玉あんかけ



一人分の材料
 木綿豆腐：半丁 (200g)
 塩コショウ：少々
 片栗粉：小さじ 1/2
 ごま油：小さじ 1
 かにかまぼこ：15g
 巻ききやべつ：30g
 むぎグリーンピース：20g
 たまご：1個
 水：50ml 白だし：10ml
 片栗粉：小さじ 1/2

- ①豆腐をキッチンペーパーで水切りしカットし、薄く塩コショウを振り片栗粉をまぶす。フライパンにごま油を敷き、こんがり色がつくまで全面を焼く。
- ②むぎグリーンピースを、さっと塩湯がきする。
- ③鍋で水を沸かし、白だしとカニかまぼこ、春キャベツを入れ水溶き片栗粉を加えて、とろみをつけ溶き卵でとじる。
- ④豆腐を皿に盛り③のあんをかけ、ゆでグリーンピースを上からのせる。

エネルギー 218kcal：蛋白質 17.6g：脂質 5g：塩分 1.7g

関あじ関さば祭り到来者多数



3月14日、春の恒例行事「関あじ関さば祭り」が開かれ、多くの来場者でにぎわった。会場では関あじ・関さばのなど海鮮の販売などが行われ、新鮮な味覚を求める行列ができた。ステージ発表や物産販売、歌謡ショーお笑いライブなどもあり、地域の魅力を発信する一日となった。家族連れや観光客の笑顔があふれ、春の訪れを感じさせるにぎやかな催しとなった。

第3回 地域のきずな交流会 開催

【日 時】2026年3月22日(日) 午後2時～3時30分
 【場 所】佐賀関公民館 集会室
 【参加費】無料
 【対 象】田中1～3、神山、東町自治区の住民のみなさん
 【主 催】大分市役所 市民協働推進課 ☎097-537-7251
 ステージイベント・住民同士の交流の時間など

佐賀関病院 板井先生の



ホッとひと息 サッとひと運動 Vol.2

今回のひと運動は内ももを強くする運動です。椅子に座った状態で、両もの間に丸めたタオルやクッションのようなものを挟み、押しつぶす運動。内転筋とも言われる部分ですが、膝の痛み軽減や尿漏れなどの骨盤底筋群を強くする運動にも良いとされています。椅子に座って行うときに、しっかりと背中を起こした状態で行うことがポイントです。ぜひ試してみてくださいね！



佐賀関被災者つながりサービス

カフェ送迎支援



“ふれあいカフェ”では、佐賀関被災者つながりサービスの一環として、カフェまでの【送迎支援】を実施致します。希望される方は、下記連絡先まで申込みください。送迎は、佐賀関町内等の介護施設や病院等5団体が協力して実施致します。



『ゆりかごの家』さんが送迎を担当しました

【日 時】毎週金曜日送迎。

【対 象】火災により佐賀関地域外の市営住宅等に一時入居されている方

【詳 細】送迎時間や場所等は利用申込後、カフェよりご連絡致します。

【連絡先】ご自宅を訪問された専門職の方やカフェまで申込みください。

佐賀関ふれあいカフェ ☎080-8373-4619(宮田)

佐賀関駐在所前 ふれあいカフェ

毎週金曜日10時～15時
 第4土曜日10時～13時

佐賀関ふれあいカフェは、地域の皆さんが気軽に集い、おしゃべりやひと休みを楽しめる場所です。イベントなども随時開催し、佐賀関名物「うす焼き」も販売中です。どうぞ散歩の途中にお立ち寄りください。

