

TOPICS

- ・鯛つりおどり当日早朝は大雨
- ・夏、はやく終わって？
- ・佐賀関のお土産開発開始
- ・記者はずっと募集中

佐賀関かわら版

saganoseki fureai news paper

Vol. 9
2026.18



長い夏をしめくくる関の鯛つりおどり大会



「第43回関の鯛つりおどり大会」が9月12日、佐賀関漁港周辺で開催された。元禄の頃から歌い継がれてきた「関の鯛つり唄」に合わせ、地域や企業などの踊り手が威勢よく踊りを披露。会場ではおし初め大会、海辺のマルシェ、お魚つかみどり大会なども行われ、終日にぎわいを見せた。朝は天候も心配されたが、来場者は延べおよそ 2,000 人を超え、佐賀関の伝統と活気を感じる一日となった。夏の行事の締めくくりにふさわしい祭りを楽しむ笑顔と元気な掛け声が響いた。



ホットと息
サットと運動

Vol.8

(佐賀関病院 板井)

今回は姿勢を支える筋肉を鍛え、腰痛予防になる運動を紹介いたします。両手でタオルの端を持ち、胸を張り椅子に座ります。腕で引っ張るのではなく背中や脇の下に力を入れて引き合うことが重要です。その際背中が丸まらない様注意しましょう。息を止めずに 10 秒程度の引っ張り合いを 2～3 セット行ってみましょう。少しきつい位が望ましいです。洗濯物をとりこむついででもよいのでぜひやってみてください！

イメージパース (提案時点)



復興住宅の建設が正式決定

復興市営住宅について、建物の完成イメージが公表されました。田中運動公園のテニスコート跡地に整備される事に決まり、9月の市議会では建設工事の契約締結案が全会一致で可決。復興に向けた動きがようやく一歩進みました。

佐賀関の行事予定

9月26日 土曜日 9:20～10:50

・楽・楽マルシェ
(秋ノ江 9:20、小浜 9:50、田中 10:20)

10月16日 金 10:00～15:00

・出張ふれあいカフェ
(大志生木／樺木会館)

10月17日 土曜日 予定

・楽・楽マルシェ

毎週 土日祝・毎月 18 日

・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)



佐賀関 つなぐ ネットラジオ

地域の声を、あなたへ。



カフェ送迎支援

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

“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。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。

【日 時】毎週金曜日出迎。

【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)



8月23日、アーティストのたなかみのるさんと一緒に、佐賀関トレーディングカードづくりをしました。前日の22日には、「カードにしたい佐賀関の魅力」をみんなで出し合いました。思った以上にたくさんの案が出て、その中から選ぶのも大変でした。23日は、それぞれが担当するカードのイラストを制作。写真を見たり、佐賀関の風景を思い浮かべたりしながら描きました。「描くのが難しかった」「佐賀関のいいところが分かって楽しかった」「景色を思い浮かべて描くのが楽しかった」という声もありました。カードの説明や、好きなところも自分たちで考えて書きました。完成を楽しみにしててください！



自知之明～夏休み終盤の中3学テ対策テスト！

夏休みも終わりに近づいた8月21日(金)、3年生を対象に9月の模試に向けた対策テストが実施されました。県立高校入試と同じ日程で実施される初めての模試でしたが、お互いにクイズを出し合う様子や「よっしゃ上がってる!」「マジか、これはヤベェ。」などさまざまな声が聞こえる一日となりました。3年生8名全員が第1志望合格できるように、クラス全体でがんばっていきましょう。

今月の担当記者:佐賀関中3年(戎野・後藤・坂井・鹿田・姫野佳・姫野海・都・吉田)

佐賀関病院 管理栄養士

ひろみ先生の栄養アドバイス



Vol.8 秋の白和え(サツマイモの白和え)

今回使用した器は小石原焼きで、どんなお料理でも引き立てます
お刺身でもサラダでもアイスクリームでもおすすめです

①下ごしらえ・豆腐をペーパーに包みレンジ(600W)で1分加熱、重しを乗せて15分置き水分をしっかり抜く。サツマイモは1cm角に切り水にさらしアクを抜き柔らかくなるまで茹でるかレンジで加熱して冷ます。ほうれん草は塩茹でし冷水に取り水気を絞り3cm幅に切りさらに絞って水気を完全に除く。

②和え衣を作る・煎りごま半分をすり鉢で細くなるまで潰し、砂糖、薄口醤油、塩を加え水切りした豆腐を加え滑らかになるまで混ぜる。

③仕上げ・和え衣のボウルに、サツマイモとほうれん草を入れ全体をふんわりと優しく和え器へ盛りトッピングに残り半分の煎りごまを散らす。

1人分の材料

木綿豆腐: 80g
サツマイモ: 40g
ほうれん草: 30g

煎りごま: 10g

砂糖: 小さじ1

塩: 少々

薄口醤油: 小さじ半分

エネルギー 195kcal

タンパク質 9.0g

脂質 9.6g

食塩相当量 0.8g

炭水化物 21.2g (白ごま、木綿豆腐)

カルシウム 274mg (白ごま、ほうれん草)

鉄分 2.7mg

※特に豊富な栄養素も含み、おすすめのレシピです

地域のみなさんの暮らしを応援します!

佐賀関で
よろずや生活支援
を開始しました!

学生たちと地域の大人が中心となり、地域の“ちょっとした困り事”のお手伝いをします。

こんなことでお困りではありませんか?

- 買い物に行けない
- 電球の交換や簡単な作業をしてほしい
- 草刈りや庭の片付けをお願いしたい
- その他ちょっとした困り事など

問合せは
佐賀関ふれあいカフェ ☎080-8373-4619(宮田)
佐賀関地域包括支援センター ☎097-575-0337 まで。

みなさまも ちょっとしたお困り事等があれば
お気軽にご相談ください。

活動は、学生たちが行える
簡易的なお手伝いになります。