

## 減塩料理作りにチャレンジ

町食生活改善推進協議会（木村夢知子会長）では2月1日（水）、2日（木）、鶴田高校で、1年生60人を対象に、生活習慣病予防のための減塩料理実習を行いました。

教室は、塩分控えめで栄養バランスのとれた食生活の大切さについて若い頃から関心を持ってもらおうと同会が企画。生徒たちは野菜の切り方や、だしや薬味を利かせて塩分を減らす味付けの仕方について、同会の会員から手ほどきを受けながら、町内産の野菜を使ったみそ汁や、スチューベンムース、豚のシウガ焼きなど5品を調理しました。

参加した今星夜さんは「今回の教室を機会に、自分の食生活でもバランスのよい食事と減塩を心がけたいです」と話していました。



△会員の手ほどきを受けて調理した料理を盛りつける生徒（左）



あなたの地区の楽しい催しや出来事などがありましたら、役場総務課まちづくり班（内線264）までお知らせください。

## 人生の節目を祝う実年式

2月11日（土）、今年度に還暦を迎えた町民を祝う実年式（一戸雅人実行委員長）が町国際交流会館で開催され、出席した町民と町出身者68人が旧友との懐かしい時間を過ごしていました。

還暦は、生まれた年の干支が61年目に巡り来ることを言い、第二の誕生を意味する言葉。当町の実年式は今回で25回目を迎え、県内では1市2町（黒石市、東北町、当町）で開催されています。

式典で相川町長は「健康に気をつけ、さらなるご活躍を願います」とあいさつ。出席者で国歌と町民歌を斉唱し、町民憲章と「鶴の里健康長寿の町宣言」を唱和しました。このほか、式典前には厄除けと健康長寿の祈願が執り行われました。



△式典で町民憲章を唱和する出席者

## 首都圏で鶴田町の魅力をPR

特産品や観光名所など鶴田町の魅力をPRし、町への来客を増やそうと、2月3日（金）、「ツルタの恩返し」が東京駅前の行幸地下通路で開催され、多くの買い物客などでにぎわいました。

イベントでは、鶴の舞橋など鶴田町の観光PRのほか、スチューベンの生産者が糖度の高さや食べ方を来場者に説明しながら試食販売を行いました。生果以外にも、ジュースやこんにやくゼリー、ようかんなどの加工品も販売し、用意した商品が完売するほどの人気ぶりとなりました。

物販コーナーの隣では、ツル多はげます会による吸盤綱引き対決が行われ、八戸市出身の西村直剛さんが昨年に続き優勝しました。



△用意したスチューベンの商品は次々と売れていきました。



△「はげ」しい熱戦が繰り広げられた吸盤綱引きトーナメント

## ツルツルの日の“はげ”しい熱戦

「ツルツル」の語呂に合わせて2月22日（水）、ツル多はげます会（須郷貞次郎会長）の春の例会「新春の有多毛」が山田温泉で開催されました。

29回目となる春の例会には町内外から32人が出席。穴から頭部をのぞかせる「平和の光当てクイズ」や、ひもが付いた吸盤を頭部に付け、引っ張り合う吸盤綱引きトーナメントなどが行われました。トーナメントでは、行事の「はげよーい、のこった！」の掛け声で熱戦が繰り広げられ、当町の渋谷孝行さんが昨年に続き優勝しました。

須郷会長は「はげをポジティブにとらえ、心から楽しみ、世の中を明るく照らし、我々の力で青森県を活性化したい」と抱負を述べていました。

## 農業大学講座で理解を深める

「鶴田町農業大学講座」が2月22日（水）から24日（金）まで豊明館で開催され、参加した町民が講座や視察研修を通して、生産技術の向上と経営安定について理解を深めました。

講座では、リンゴ黒星病の防除対策、グローバルGAPや6次産業化の取り組みなどについて関係者がスライドを使って説明しました。

23日（木）には、県気象予報士会の藤田淳さんが「農作業に役立つ気象」と題し、気象庁の最新の情報を入手し、農作業に活用することについて説明しました。藤田さんは「災害から農作物を守るため、気象情報を活用し、事前に察知する知識を身に付けましょう」と話していました。



△農作業に役立つ気象情報について説明をする藤田さん