

おすすめメニュー

ご紹介します♪



秋が旬の鮭と舞茸を使ったメニューです。舞茸には、免疫力を活性化させる働きのあるβグルカンとよばれる栄養素が含まれています。季節の変わり目なので、しっかり食べて元気に過ごしましょう！

【鮭と舞茸のみそ照り焼き】(一人あたり) エネルギー：216kcal 塩分相当量：0.9g

【材料 (4人分)】

- 鮭……………4切れ
- 舞茸……………100g
- 長ねぎ……………1/2本
- サラダ油……………大さじ1
- みそ……………大さじ1
- 酒……………大さじ1
- すり白ごま……………大さじ1
- 醤油……………大さじ1/2
- 砂糖……………大さじ1

【作り方】

- ①鮭はそれぞれ4等分に切る。舞茸は小房に分ける。長ねぎは1cm幅の斜め切りにする。
- ②フライパンに油を熱し、①の鮭の両面をこんがり焼く。
- ③フライパンの空いているところで、切った舞茸と長ねぎを炒める。
- ④Aの材料を混ぜ合わせて加え、全体に煮からめる。

～ヘルスマイトとして一緒に活動しませんか？～

健康になるためのヒントやおいしく食べるコツを学んで、食生活改善推進員(ヘルスマイト)として町の食育を推進しましょう！

- 活動内容 定例会(毎月第4金曜日)、地域での食育活動など
- 会費 2,000円(1年分)
- 問合せ先 健康長寿課健康づくり班 ☎355-0703



文化財でみる松島の歴史

文化財の調査・研究⑰ 再整理で新発見 縄文時代の貴重品

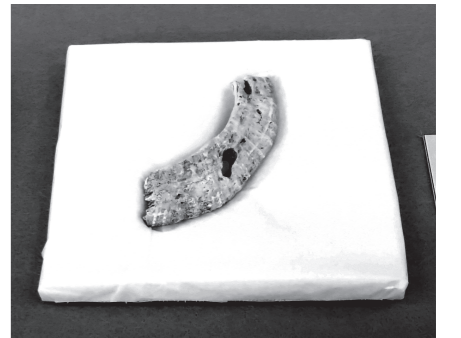
5月18日⑩に実施した「れきし再発見講座Lesson.8」に際して、講師を務めていただいた動物考古学者の吉永亜紀子氏に依頼し、西の浜貝塚の発掘調査で出土した動物遺存体(骨や歯、貝がらなど)の再調査を行いました。この再調査により、過去の調査時には別の種類に同定されていた貝輪1点が、「オオツタノハ」というとても貴重な貝で作られていたことが明らかになりました。

オオツタノハは、三宅島以南や屋久島以南の波の荒い岩礁地帯に生息する大型のカサガイの仲間です。オオツタノハ製貝輪は東日本を中心に広い範囲で出土していますが、全体で200点程度しか確認されていません。また貝輪への加工を行っていた痕跡は今のところ大隅諸島や伊豆諸島の限られた遺跡でしか確認されておらず、東日本の場合は伊豆諸島の貝が加工されてから各地に運ばれていたようです。数は少ないものの北は北海道でも出土例があり、価値あるものとして縄文時代の人々に広く知られ、求められていたと考えられています。

西の浜貝塚の発掘調査が行われたのは昭和30～40年代ですが、研究の蓄積などによって今回のように新たな成果が得

られる場合もあります。動物遺存体だけでも再調査の必要な資料はまだたくさんあるので、今後も調査を継続していきたいと思います。

今回新たに発見されたオオツタノハ製貝輪(写真)は、観瀾亭松島博物館で11月18日⑩まで展示しております。また9月21日④からは同会場で松島湾三町文化財展も開催予定ですので、あわせて御覧下さい。



〔参考〕忍澤成視2024『貝輪の考古学』新泉社
田嶋正憲2016『南海産オオツタノハ製貝輪の分布圏から見た彦崎貝塚出土資料の評価』『半田山地理考古』9:49-80

(学芸員：米城)

白寿おめでとう
堀江なほ子(松島)
大内とよ子(上竹倉)
櫻井あや子(初原)

米寿おめでとう
佐々木敬子(磯崎)
大藤一子(高城)
近藤子(高城)
鈴木信子(高城)



8月敬老祝金贈呈者(敬称略)

松島町温水プール美遊からのご案内!

- ①9月の休館日変更
16日(月)祝 : 営業日
17日(火) : 休館日
(キッズスクールは実施します)
- 23日(月)振替 : 休館日
24日(火) : 営業日
- ②敬老の日無料イベント(9月16日⑩)
65歳以上の方は施設利用料が無料となります。プールもトレーニング室も使用可能です。
※トレーニング室ご利用については、トレーニング講習を受講した方のみ利用できます。
- ③メンテナンス休館日
9月29日⑩～10月7日⑩は、メンテナンス休館日となります。
10月8日⑪より皆様を心よりお待ちしております。
※詳細は、松島町温水プール美遊のHPまたは下記にお問い合わせください。

▶問合せ先：松島町温水プール美遊 ☎353-8525



◀松島町温水プール美遊HP

敬老記念品の送付について

9月の敬老の日を記念して、9月中旬頃にお祝いの記念品を郵送いたします。対象の方は、77歳以上の方(昭和22年12月31日以前に生まれた方)です。
▶問合せ先：健康長寿課高齢者支援班(保健福祉センターどんぐり) ☎355-0677

ふれあいの湯 休業のお知らせ

8月1日④～12月28日④までの期間、保健福祉センター大規模改修工事のため、ふれあいの湯は休業となります。町民の皆さんにはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力のほどよろしく申し上げます。
▶問合せ先：健康長寿課高齢者支援班(保健福祉センターどんぐり) ☎355-0666

さんどういち 瑞巖寺杉道市を開催します

瑞巖寺参道にて、政宗公の祥月命日・延命地蔵の縁日である毎月24日の直近の日曜日に開催する手づくり市です。県内の乾物・野菜の生産者や雑貨制作者を中心に10数店舗出店しています。

イベントの開催については公式Facebookページをご確認ください。

- ▶日時：9月29日⑩ 午前10時～午後4時
- ▶場所：瑞巖寺前道路
- ▶その他：詳細は公式Facebookページをご覧ください。

URL: <https://www.facebook.com/sandouichi/>



ジュニア・リーダー奮闘中!

7月7日⑩に松島町野外活動センターで「野外炊飯研修会」を実施し、松島町ジュニア・リーダーサークル「紙ひこうき」の会員12名が参加しました。今回の研修では9月に開催される二市三町ジュニア・リーダー合同キャンプに向けて、薪割り・火起こし・カレー作り・飯ごう炊飯の一連の流れを確認。3月の初級研修会以来の薪割り・火起こしだったので、おっかなびっくり…のメンバーもいましたが、OB・OGの指導のもと、ひとつひとつの工程を確認しながら火を点けることができました。当日は非常に蒸し暑い中での研修でしたが、苦労してつくったカレーライスの味は格別!

研修後は、キャンプへの自信がつき頼もしい顔つきになったジュニア・リーダーたちでした!



▶ジュニア・リーダーの活動や派遣に関するお問合せ 教育課生涯学習班 ☎354-5714

ジュニア・リーダー「紙ひこうき」紹介ページ(町HPにリンクします)

