

Very Superstitious...! ALT(外国語指導助手)レクシー

Happy New Year!

I wish you all good luck and positivity for 2024.

In England, we have plenty of symbols for good luck. The English are very superstitious people! Here are some of my favourites.

*The four leaf clover is a very lucky symbol in England. Many of our greeting cards feature the plant. If you find a four leaf clover on the ground, good luck is sure to come your way.

*Horseshoes are hung over our doors to bring good luck. However, the horseshoe must be the right way up. If the horseshoe falls upside down, the luck has run out.

*In England, we "knock on wood" to make our wishes come true. It is very common to see people knocking a wooden surface or object to ensure good luck.

*Finally, my favourite symbol of good luck is the black cat. Black cats are very auspicious animals. If a black cat crosses your path, you will be very lucky!

Let's all "knock on wood" for good luck this New Year!



幸せになる願掛け！

あけましておめでとう！

2024 年も皆様のご多幸と、前向きで明るい年になることをお祈り申し上げます。

イギリスには幸運のサインがたくさんあります。イギリス人はよく願掛けをします！

ここでは私のお気に入りのいくつかを紹介します。

*四つ葉のクローバーはイギリスでは幸運のサインです。私たちのグリーティングカードの多くにはこの植物が登場します。地面に四つ葉のクローバーを見つけたら、きっと幸運が訪れるでしょう。

*蹄鉄(馬の蹄に付ける金具のこと)をドアに掛けると幸運が訪れると信じられています。

ただし、蹄鉄は正しい向きにかけられていないといけません。蹄鉄が逆さまに落ちたら、運は尽きたということになります。

*イギリスでは、願いを叶えるために「木を軽くノック」します。幸運になるための願掛けとして、木の表面などをノックする人を見るのは非常に一般的です。

*最後に、私のお気に入りの幸運のシンボルは黒猫です。黒猫はとても縁起の良い動物です。

黒猫が目の前を横切ったら、とてもラッキーですよ！

新年の幸運を願って、みんなで「木を軽くノック」してみましょう！



きのこ汁

上毛町食育ボランティアグループ

〈材料〉(2人分)

- 椎茸2枚
- 油揚げ1/2枚
- しめじ40~50g
- 大根200g
- なめこ40~50g
- 人参200g
- えのき30~40g
- 三つ葉や万能ねぎ適量
- だし汁400ml
- 酒大さじ2
- 醤油大さじ1/2
- みりん小さじ1/2
- 塩小さじ1/2

〈作り方〉

- ①油揚げは、熱湯をかけて油抜きをし、粗熱が取れたら、短冊切りにする。大根、人参は5mm幅程度の短冊切りにする。しいたけ、しめじ、なめこ、えのきは、石づきを取り、食べやすい大きさにする。
- ②鍋にだし汁、油揚げ、大根、人参を入れて中火で煮立て、しいたけ、しめじ、なめこ、えのきを加える。煮立ったら、アクを取り除き、弱火にして1~2分間煮る。
- ③②を中火にし、Aを加えて混ぜ、煮立ったら、器に盛る。
- ④三つ葉や万能ねぎを食べやすい大きさに切り、加える。



食育 レシピ

今後の活動の参考とさせていただきますので、QRコードより、アンケートにご協力をお願いします。



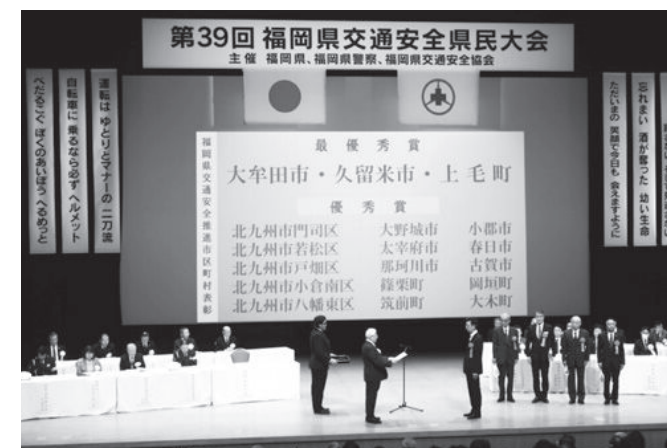
一言メモ

きのこには、食物繊維やビタミンB₂、エルゴステロールなどの栄養素が含まれています。ビタミンB₂は脂質の代謝を助け、皮膚や粘膜、髪、爪などの細胞の再生に役立ちます。また、エルゴステロールは紫外線に触れることで、ビタミンDに変化し、カルシウムやリンなどのミネラルの代謝や恒常性の維持、骨の代謝に役立ちます。

上毛町が令和5年度福岡県交通安全推進市区町村表彰の最優秀賞を受賞しました

11月10日(金)、福岡国際会議場で「第39回福岡県交通安全県民大会」が行われました。福岡県交通安全県民大会とは、県内の交通安全に功労のあった方々や、長年にわたって安全運転に努めてきた方々を表彰し、県民の交通安全意識の更なる高揚を図り、交通事故のない安全で安心な福岡県を実現するために開催される大会です。

上毛町は、令和5年度福岡県交通安全推進市区町村表彰の最優秀賞を受賞した市町の代表として出席しました。今回の受賞は、上毛町の交通事故死者数の少なさと、地域と一体の交通安全運動を評価されたことによるものです。交通安全は、交通安全指導員、女性ドライバー協議会員をはじめとした、住民の皆様のご理解とご協力があってこそです。これからも交通安全運動にご協力をお願いします。



●問い合わせ先
総務課 総務係 TEL 72-3111(内線114)

令和5年度上毛町人権講演会

12月3日(日)、人権週間の取組として、げんきの杜で上毛町人権講演会が開催されました。

講師に、フリーアナウンサーの笠井信輔氏をお迎えし、「足し算で生きる力 ~困難を乗り越えるためのヒント~」と題して講演いただきました。

ステージ4のがん治療から完全寛解した体験から、QOL(クオリティ・オブ・ライフ、治療生活や入院生活の質)を向上させることの大切さや、がんになったことで繋がった人との縁について、笑いも交えながら分かりやすく熱いメッセージを伝えてくれました。

また、講演会に先立ち、小中学生による人権ポスター・デザイン標語入選作品の表彰式が行われ、ロビーではその力作の数々の展示や、上毛町人権擁護委員による啓発物品の配布も行われました。

