

おすすめメニュー

ご紹介します♪



これから旬を迎えるごぼうを使った、食べ応えのあるレシピです。ごぼうの香りやうま味成分は皮に多く含まれていますので、包丁で表面をこそげる程度にし、料理に使うことがおすすめです♪

くれんこんとごぼうのミルクきんぴら

(一人あたり) エネルギー：93kcal 塩分相当量：0.4g

【材料（4人分）】

豚もも肉（薄切り）	60g	サラダ油	小さじ1
れんこん	100g	牛乳	1カップ
ごぼう	100g	めんつゆ（3倍濃縮）	小さじ2
にんじん	50g	七味唐辛子	少々

【作り方】

- ① 豚肉は細切りにする。れんこんは薄いちょう切りに、ごぼうとにんじんはさがきにする。
- ② フライパンに油を熱して豚肉を炒め、色が変わったら水気を切ったれんこん、ごぼうを加える。
- ③ 少し炒めたらにんじんを加え、牛乳、めんつゆを加えて汁気がなくなるまで炒める。
- ④ お好みで七味唐辛子をふりかけたらできあがり。

ヘルスメイトまつしまの活動をご紹介します！
～7月定例会～

7月24日㊦の定例会では、翌週の「旬を食べよう料理教室」に向けて、レシピの試作など事前講習会を行いました。作り方や調理上の注意事項についてヘルスメイト同士で確認し、料理教室当日はスムーズに進めることができました。

月1回の定例会のほかにも、町の料理教室のサポートや減塩調査など随時活動をしています。健康になるためのヒントやおいしく食べるためのコツを学んで、ヘルスメイトとして町の食育推進に携わってみませんか？



*ヘルスメイトについての問合先
健康長寿課健康づくり班
(保健福祉センターどんぐり) ☎355-0703

8月敬老祝金贈呈者
(敬称略)

白寿おめでとう

◆高 橋 ふぢゑ (松島)

米寿おめでとう

- ◆吉 谷 美代子 (高城)
- ◆佐 藤 た え (本郷)
- ◆京 野 和 子 (高城)
- ◆渡 邊 敏 昭 (松島)

※祝金贈呈対象者は、米寿は町内在住5年以上、白寿は町内在住10年以上の方で、誕生月の初日に松島町住民として住民基本台帳に登録されている方となります。

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24年12月31日以前に生まれた方）です。

▶問合先 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

脳検診をお申し込みの方へ

脳検診申込み者に、脳検診費用助成のご案内を送付しています。

- ▶受診期間：令和9年2月28日㊦まで
- ▶申請期間：令和9年3月17日㊦まで
- ▶助 成 額：上限額1万円
- ▶申請の流れ：①脳検診を申込み ②検診を受ける ③脳検診費用助成をどんぐりで申請する

▶申請時の持ち物

- ・脳検診費用助成申請書
- ・本人名義の通帳またはキャッシュカード
- ・領収書または診療明細書（受診者氏名、受診日時、検査項目、料金、医療機関が特定できるもの）

▶問 合 先：健康長寿課健康づくり班
(保健福祉センターどんぐり) ☎355-0703

歯周病のサイン、見逃していませんか？

こんな症状がある方は要注意！

- ☐ 口臭が気になる
- ☒ 歯ぐきから出血することがある
- ☒ 歯と歯の間にすきまができてきた
- ☒ 歯がグラグラする



◀申込み・受診方法等の詳細はこちら

対象の方は、自己負担額1,000円（通常の約半額）で歯周病検診を受診できます。10年に一度のこの機会に、ご自身の歯周ポケットの状態を確認してみませんか？

- ▶対 象 者：20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳の方
*年齢は令和9年3月31日を基準とします。
- ▶検診期間：9月1日㊦～11月30日㊦
- ▶受診料金：1,000円
- ▶問 合 先：健康長寿課健康づくり班
(保健福祉センターどんぐり) ☎355-0703

文化財でみる松島の歴史

古の文書をひもとく㊥ 蒜沢阿弥陀堂

根廻の蒜沢にある阿弥陀堂は、町指定天然記念物の銀杏や「おまん地蔵」に隣接した小さなお堂です。江戸時代に書かれた「根廻村書出」によると「蒜沢穴の上」、すなわち元禄潜穴のずり出し穴のすぐそばにあり、「御百姓清兵衛先祖清右衛門」が勧請したこと（勧請年不明）、本尊は「長式尺（約60.6cm）」の「木仏立像」であること、9月15日が祭日であることが分かります。

令和6・7年度に実施した古文書の調査では、明治35年(1902)～昭和49年(1974)に至る70年間あまりの阿弥陀堂の管理について分かる史料が発見されました。史料によると、鳥居は新築2回・修繕4回、阿弥陀堂は屋根葺き替え3回・その他修理3回が行われており、いずれの場合も地域の人々がお金を出し合い、作業を分担して行っています。

阿弥陀如来像本体の修理も行われています。大正9年(1920)3月20日、東北本線下りの貨車からの飛び火から守ろうと、阿弥陀如来像を別の場所に避難させた際に本体に傷がついてしまったのです。地域の人々は高城の大工に依頼して修理を行い、松島の神職を呼んで御祈禱をしてもらい再びお堂に戻しました。残念ながら、この阿弥陀如来像は昭和3年(1928)旧12月14日の夜に台座だけを残して盗難に遭い、行方が分からなくなってしまいました。代替りの阿弥陀如来像が調製されお堂入りしたのはそれから30年後の昭和33年(1958)1月30日

のことです。

阿弥陀堂が元禄潜穴のずり出し穴の上にあることは前述の通りですが、この穴は昭和48年(1973)10月24日～11月5日にかけて埋め立てられました。埋め立てにあたっては町の職員や品井沼の「穴にくわしい」人も呼んで現地を確認し、「穴埋めても異状なし」と判断されました。『元禄潜穴ずり穴現況調査報告書』によれば、埋め立てる前は摺鉢状の穴で、北の側壁には38段の岩盤を素掘りした階段があり、蒜沢・矢倉場圃の排水路がこの穴に通じ、排水口の役割を果たしていたようです。埋め立て後は「遊園地」（児童公園）として活用されています。

史料からは、阿弥陀堂が現代に至るまで地域の人々の手によって大切に管理され、守り継がれてきた様子うかがえます。近くに立ち寄った際には、そうした人々の存在にも思いを馳せてみてください。

(学芸員：泉田)

(参考文献：松島町誌編纂委員会編『松島町誌』（昭和48年）、松島町史編纂委員会『松島町史 通史編Ⅱ』（平成3年）、松島町教育委員会『元禄潜穴ずり穴現況調査報告書』（平成13年））



ジュニア・リーダー奮闘中！

7月4日に、野外活動センターで「野外炊飯研修」を行いました。当日は6名のジュニア・リーダーが参加し、「紙ひこうき」のOB・OGの協力のもと、薪割りから火起こし、飯ごう炊飯・カレー作りを体験しました。今までカレーを作ったことがない！という会員もいましたが、野菜の切り方や安定した火の管理方法などを互いに教え合う場面も見られ、美味しいカレーライスが完成しました！

今回の研修は4月に入会した新規会員の初級研修会も兼ねており、野外炊飯のスキルだけではなくジュニア・リーダーの役割や、子供と活動する場合のKYT（危険予知トレーニング）についても学ぶことができました。

今回の研修での成果を生かしながら今後のジュニア・リーダー活動を頑張っていきます！



▲火が消えないように見守ります ▲新規会員4人が初級研修を修了しました！

▶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

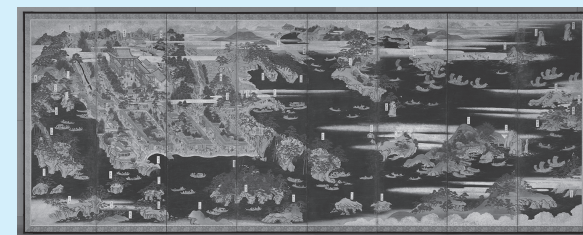
ジュニア・リーダー「紙ひこうき」紹介ページ
(町HPにリンクします)

東北歴史博物館で松島に関わりの
深い展覧会が開催されています

現在、多賀城市高崎にある東北歴史博物館で「塩竈・松島一歴史・ひと・美術一」と題した展覧会が開催されています。

平安時代から歌枕や名勝として、また聖地・霊場として知られた松島と塩竈。絵画資料などを通じて、歴史的な背景を探るとともに、そこで活躍した人物や来訪者など「ひと」にも注目して読み解かれています。写真の「塩竈松島図屏風」(福岡市美術館蔵)や瑞巖寺本堂障壁画「櫓に鷹図」などが出展されています。

- ▶観覧料：一般 1,400円
小中高校生 700円
- 開催期間は9月23日㊦・㊧まで



▲「塩竈松島図屏風」(右隻) 福岡市美術館蔵(黒田資料)