

ヨンド
影島区から
対馬の皆さんへ

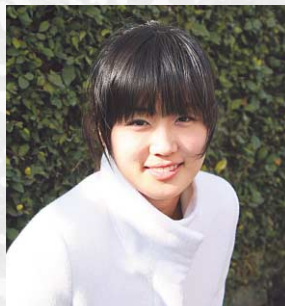


地方行政革新評価で大統領賞受賞
(前列右側が影島区庁長)

対馬市と姉妹縁組を締結している釜山広域市影島区からのお便りです。
「全国地方自治体のうち最高点を獲得」

大韓民国行政自治部が全国246の地方自治体を対象に実施した2007年地方行政革新評価で、釜山広域市影島区(区庁長:魚允泰)が、最優秀機関に選定されました。効率的な組織運営と革新文化の定着における卓越した成果が評価されたものです。

地方行政革新サービスとしては、影島区が行っている「画像チャンネルを通じた福祉システム」が選ばれました。このシステムは距離、健康、障害などの理由から区庁への訪問が困難な区民のために、近くの庁舎や福祉館などで区庁担当者とリアルタイムで画像相談できるというもので、政府の行政革新ブランド事業にも選定されています。この評価を受けて1月29日、影島区庁は政府中央庁舎国際会議室で大統領表彰とともに8億ウォンの財政優遇措置を受けました。



ソン スジン
国際交流員 成 修眞
(観光交流課)

スジンのアソニョンハセヨ~♪

豚肉ボサム



最近韓国に帰ると真っ先に食べる料理が豚肉ボサム(デジゴギボサム)です。ボサムは「包む」という意味で、豚バラ肉をキムチ等の野菜で包んで食べる料理です。

豚肉を煮込むなどわりと手の込んだ料理なので、作るのを尻込みしていた私ですが、食べたい気持ちに負けて、思いきってチャレンジしてみました。作ってみたら以外と簡単でしかもおいしい。今月は私の中のブーム、豚肉ボサムについてお話しします。

豚肉ボサムの由来

ヤンバン(朝鮮時代の貴族階級)がキムチを漬ける時は、使用人や近所の人々を呼んで作らせた。その時にみんなの労をねぎらい、また冬の時期に不足しがちな栄養を補充するため、豚肉を漬けたばかりのキムチや他の野菜で包んで食べたことから生まれた料理です。

簡単な作り方

1. 豚肉を煮込む 500gの豚肉の塊をまるごと煮込みます。臭みをとるために、玉ネギ、大ネギ、ニンニク、リンゴ、味噌、コーヒーを一緒に入れます。少し煮立ってから焼酎を入れます。最初は強火で10分を目安に、その後は弱火で約50分間豚肉を煮込みます。煮込んだ豚肉を出してから1.5cmくらいの厚さにスライスします。
2. ムセンチェ(大根の千切りキムチ)作り 大根を千切りにして約1時間塩水にひたします。その後、水で洗い水気をとった後、唐辛子の粉をスプーン大さじ3杯加え、大根が完全に赤に染まるまでよく混ぜます。
その後、千切りしたなし、せり、なつめ、くりを入れ、さらにスプーン大さじで砂糖1、蜂蜜1、ニンニク2分の1、ごま油1に、ショウガとごまを少々加えます。甘辛く香ばしい味になります。
3. 味付け味噌作り 味噌と唐辛子味噌を2:1で混ぜ、そこにごま油を入れて混ぜます。



豚肉ボサム

食べ方

サンチュ(韓国レタス)を手のひらの上に載せて、その上に豚肉と味付け味噌、ムセンチェ(大根の千切りキムチ)、ニンニクのスライス、唐辛子などを載せ、丸く包んでから一口で食べます。

あっさりした豚肉に、野菜やごま油風味の味付け味噌の香りが口中に広がります。しかも豚肉は栄養素が多くコラーゲンも豊富。おいしくて、美容にもいい一石二鳥の料理ですよ。ぜひ作ってみてください。



①豚肉をサンチュで包んで



②一口で一気

今月の一言 トウショ ボセヨ
드셔 보세요
召し上がってください。

自分が作った料理を勧める
ときに使って
ください。



おくやみのコーナー (1月21日) 2月20日受付分

——ご冥福をお祈りします—— (敬称略)

上の町第一	大浜	仁位	貝口	佐保	横浦	東加藤	田	志多浦	水崎	三根下	佐賀	志多賀	三根下	三根上	三根下	三根下	志多賀	志多賀	木坂	佐須奈	鹿見	友谷	伊奈	本元町	飼所	大浦	(住所)	(氏名)	(年齢)	(住所)	(氏名)	(年齢)
依	賀原	古賀	阿比留	長郷	横瀬	熊谷	根津	平山	阿比留	小宮	松村	山崎	横松	阿比留	松村	山下	大石	山下	永留	井	須川	大浦	保家	佐護	丸島	吉田	(氏名)	(氏名)	(年齢)	(氏名)	(氏名)	(年齢)
一恵	安彦	栄一	留近子	久登	英子	照造	初實	シナ	スマ子	ミツ子	信夫	佐市	クニ	信美	利秋	豊	安實	安實	菊夫	彌市	弘敬	フサエ	千歳	末子	勝	勝	(氏名)	(氏名)	(年齢)	(氏名)	(氏名)	(年齢)
のみ掲載しております。	戸籍窓口で承諾のあった方	このコーナーは、届出の際	国分	中村	久田道	日吉	小浦	檜根	天道茂	久根浜	久和	棧原	豆原	久根田	国分	宮谷	黒瀬	根緒	大船越	宮下	緒方	高浜	大山	雞知本	島山	島山	(氏名)	(氏名)	(年齢)	(氏名)	(氏名)	(年齢)
			播磨	櫻井	武田	石谷	永瀬	小宮	小宮	西山	植田	荒木	阿比留	初村	太田	松園	藤島	國分	梅野	松村	田口	小田	小田	黒岩	大浦	大浦	(氏名)	(氏名)	(年齢)	(氏名)	(氏名)	(年齢)
			美子	猛	愛	和枝	勝	ツ子	ツ子	喜義	義夫	アキ	コヤ	泰男	通夫	トク	三男	吉男	綱枝	隆	茂作	勝美	政美	清子	千代子	千代子	(氏名)	(氏名)	(年齢)	(氏名)	(氏名)	(年齢)
			83歳	87歳	95歳	65歳	62歳	83歳	100歳	83歳	79歳	96歳	87歳	87歳	91歳	87歳	75歳	87歳	70歳	70歳	82歳	70歳	88歳	84歳	83歳	83歳	(氏名)	(氏名)	(年齢)	(氏名)	(氏名)	(年齢)

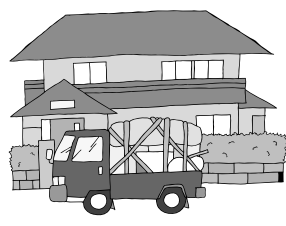
市長の動き

《2月》

- 1日 予算査定
- 2日 介護認定審査会委員現任研修
- 3日 99歳褒状贈呈式
- 4日 しいたけマイスター認定証授与式
- 5日 歯科保健等協議会
- 6~8日 農水省陳情(東京) 和牛共進会長崎県実行委員会、県離振正副会長会議、県退職手当組合への陳情、県水道協会理事会、県国保連合会役員会 (長崎)
- 12日 記者クラブ共同記者会見
- 13日 部長会議
- 14日 森林基幹道飼所舟志線開通式
- 15日 政策推進懇話会
- 17日 北幼稚園閉園式、対馬少年の主張大会

水道利用開始・停止の連絡はお早めに!

お引っ越し等で水道を利用開始・停止される際は、下記の最寄りの水道担当まで連絡をお願いします。



対馬市水道局	0920(52)0943
美津島支所	(54)2271
豊玉支所	(58)1111
峰支所	(83)0304
上県支所	(84)2312
上対馬支所	(86)3111

福岡市博物館

福岡市早良区百道浜3-1-1



マチュ・ピチュの歴史保護区

「インカ・マヤ・アステカ」展

期間 3月25日(火)から
6月8日(日)まで
開館時間 9時30分から17時30分
(入館は17時まで)
休館日 毎週月曜日(5月5日を除く)、
5月7日(水)

【問い合わせ】 NHK福岡放送局・事業 092(724)2843

日曜・休日救急医療在宅当番医

日程	診療所名	医師名
4月6日	すとう内科医院(厳原)	主藤久次
13日	東島医院(厳原)	東島英孝
20日	三根診療所(三根)	塩見秀明
27日	畑島医院(雞知)	畑島陽
29日	佐賀診療所(佐賀)	武林幸子

診療時間 9:00~12:00(急患のみ)

交通事故情報(平成20年中) 3月2日現在

区分	南署管内			北署管内		市全体	
	本年	昨年比	本年	昨年比	本年	昨年比	
発生件数	5	-3	1	0	6	-3	
	0	0	0	0	0	0	
死者数	0	0	0	0	0	0	
	5	-5	2	1	7	-4	
負傷者数	5	-5	2	1	7	-4	
	5	-5	2	1	7	-4	

安全運転で、事故のない対馬市を目指しましょう!!



● 特別診療案内4月分 ●



診療科目	診療日	受付時間	診療時間
血液内科 (長崎医療センター)	第2(火) 8	8:30 15:00	13:00 17:00まで
神経内科 (森 正 孝)	第1・2・4・5(水) 2・9・23・30	8:30 12:00	9:00 17:00まで
循環器科 (守 崎 勝 悟)	毎週水午後 2・9・16・23・30	8:30 15:00	13:00 17:00まで
脳神経外科 (長崎医療センター)	第2(金) 11	8:30 15:00	13:00 17:00まで
皮膚科 (中 对 馬 病 院) (長崎医療センター)	第1・2・3・5(水) 2・9・16・30 第4(水) 23	8:30 15:00 8:30 11:00	13:00 17:00まで 9:00 15:00まで
糖尿病外来 (川 上 眞 寿 弘)	毎週(水) 2・9・16・23・30	8:30 11:00	9:00 12:00まで
思春期外来 (長崎県立精神医療センター)	第3(土) 19	8:30 11:00	9:00 15:30まで

長崎県離島医療圏組合 対馬いづはら病院

電話 0920 52 1910

予約制となります。
内科医の紹介により診療予約となります。
特別診療のうち、長崎大学、国立病院長崎医療センター応援につきましては、空路欠航等により診療を中止する事がありますので、事前に確認下さいませようお願いします。

診療科目	診療日	受付時間
耳鼻咽喉科 (福岡大学病院)	毎週(火) 1・8・15・22	8:30 ~ 11:00
	毎週(水) 2・9・16・23・30	8:30 ~ 10:00
泌尿器科 (長崎大学病院) (対馬いづはら病院)	第1(木・金) 3・4 木曜日は予約のみ	8:30 ~ 11:00
	第3(金) 18	8:30 ~ 11:00
眼科 (対馬いづはら病院)	毎週月・火・木 3・7・8・10・14 15・17・21・22 24・28	8:30 ~ 11:00
神経内科 (対馬いづはら病院)	第2(火) 8・22	8:30 ~ 11:00 (紹介状制)
	第4(火)	
循環器科 (長崎医療センター)	第3(月) 21	予約のみ
補聴器外来	第3(火) 15	9:00 ~
内 視 鏡	予約にて受付けています。	8:30 ~ 11:00

長崎県離島医療圏組合 中 对 馬 病 院

電話 0920 54 2024

1. 印の診療科は診療科(内科)よりの予約患者様のみの診療を行っております。
2. 空路欠航の場合は他の医師が代診致します。
3. 透析診療については、月曜日～土曜日まで午前中に診療しますので、お問い合わせ下さい。
4. 予約制で事業所健診・社会保険生活習慣病予防検診も行っています。
5. 脳神経外科は4月より当分の間休診致します。
6. 神経内科は4月より第2・4火曜日に変更になります。

24時間電話で健康をお届けします

健康テレホシサービス

095(826)5511

長崎県保険医協会

〒850 0056 長崎市恵美須町2 3 2F
TEL 095 825 3829 / FAX 095 825 3893
URL <http://www.vidro.gr.jp> Eメール nagasaki-hok@doc-net.or.jp

4月テレホシテーマ

- 月 命にかかわる重症のアレルギー
- 火 AED(自動体外式除細動器)
- 水 子どもの食物アレルギー
- 木 くり返すヘルペス
- 金 顎関節症
- 土・日 出産後の性生活