



イキイキ健活！ 「私のプラス1」

生活に気軽に取り組める健康習慣を1つ加える「プラス1」運動。毎月、皆さんの「プラス1」を紹介しています。



私たちは小学生の頃から40歳を超えた今でも草野球をして体を動かしています。自身のプレーの他にも、子どもの野球練習の付き添いや、学童野球チームの監督と、それぞれに野球に関わった生活を送っています。そして仕事の休憩中には一緒にキャッチボールをして楽しく体を動かしています。眠くなりがちな昼食後にキャッチボールをすることで、体がスッキリして午後の仕事もリフレッシュした状態で取り組むことができます。好きなこととして体を動かすことは心身ともにとっても良い影響を与えてくれます。さあ、今日も1日はりきって行こう～！

皆さんの「プラス1」を紹介しませんか？詳しくは、健康推進課（☎25-5311）までお気軽にお問合せください。

ホジンさんの敦賀研修ダイアリー

姉妹都市である韓国東海市と職員相互派遣を行っています。今年は、東海市から19人目の研修員として、崔皓進さんが、今年の11月まで市役所で研修を実施しています。

<研修職員紹介>

崔 皓進（チェ ホジン）さん（48）

▶趣味…料理（特に、キムチチゲ）

▶家族構成…4人（妻、子ども2人）



【敦賀市の皆さんへ】

こんにちは。私は昔から日本文化と観光に興味を持っていました。特に関心があるのは、日本独特の「文化」と「観光」がうまく結びつき、多くの海外旅行者が日本に来ている要因になっていることです。

敦賀市は、昔から大陸との玄関口として栄え、新幹線開業でも注目される「鉄道と港のまち」として、歴史や文化が観光に結びついている、歴史ある都市だと思います。

今回の研修を通じて、敦賀をはじめ、日本の文化や観光について学び、これからの業務の参考にしたいです。

短い期間ですが、よろしくお願ひします。



▼ムゼウム館内の展示を見学する様子



先祖の足跡を辿り「人道の港 敦賀」を知る 6月1日 ポーランド孤児の子孫や関係者たちが敦賀来訪

ロシア革命の混乱を逃れ、シベリアから敦賀港に上陸したポーランド孤児の子孫やその家族たち約50人が、人道の港 敦賀ムゼウムをはじめ、先祖たちの足跡を辿って孤児の上陸地点や気比の松原を訪れました。子孫たちは、前日に東京で開催された、社会福祉法人「福田会」主催シベリア孤児日本上陸100周年を記念した式典に出席し、この日来敦しました。参加者の一人は、ムゼウム館内に展示されている写真を見て、「父がいる」と感慨深げに話していました。見学後は、美浜町で活動する「なびあす子ども合唱団」と、かつて孤児たちが日本で習い帰国後もくちずさんだ童謡などを一緒に歌い、交流しました。

▼土のう作成訓練の様子



出水期に備えて、水害対策を確認 6月1日 令和6年度敦賀市水防訓練

出水期に備えて、水防体制の強化、充実および水防技術の習得を図ることを目的に、敦賀市水防訓練が古田川公園とその周辺で実施されました。訓練は、出水期前に毎年実施されており、市民や関係者を含めた約130名が参加しました。大雨で笙の川が増水し、避難判断水位の1.8メートルを超えた想定で実施。マンホールなどからの漏水を防ぐ釜段工法をはじめ、改良積み土のう工法、福井県防災航空隊の防災ヘリによる救出演習などが行われました。参加者たちは真剣な表情で取り組みました。

学校給食からこんにちは 学校給食で 出発進行！！

わたしたち栄養教諭です！

敦賀市には学校給食に関わる教職員が4人勤務しています。給食を生きた教材として活用しながら、子どもたちの健康を食の面から支えています。

各々担当の学校で栄養指導や給食指導はもちろんのこと、給食の衛生管理や保護者相談などを行っています。これからも子どもたちに食の大切さが伝わるよう工夫しながら、食育を行っていきます。



給食についての話に集中してます！

問い合わせ先
学校給食センター
☎22-0410

富山県給食「枝豆と切り昆布のごはん」

富山 Toyama

敦賀市と同じく富山県も昆布が有名です。昆布のうま味がたっぷりな混ぜご飯です。

材料（4人分）

・米 2合（300g）	・水（炊飯用） 400ml
・A 〔塩 小さじ1/4・酒 小さじ1・しょうゆ 大さじ1/2〕	
・豚肉（細切） 30g	・油（肉炒め用） 少々
・刻み昆布 6g	・人参 25g
・枝豆むき実 30g	・生姜 2g
・B 〔砂糖 小さじ2・しょうゆ 大さじ2/3・水 大さじ1〕	
・みりん 小さじ1/2	・酒 小さじ1/2

作り方

- ① 米を洗い、Aの調味料と水を入れ炊飯する。
- ② 昆布は水でもどす。人参は千切り。生姜はみじん切りにする。
- ③ 鍋に油をひいて豚肉を炒める。色が変わったら、すべての材料とBの調味料を加え、水分がなくなるまで煮含める。
- ④ ①と③を混ぜあわせてできあがり。

市政 TOPICS 教育長が就任しました



はなき ひでみ
花本 秀実 氏

平成27年6月から3期9年務めた上野 弘 教育長が任期満了により6月28日に退任し、6月29日から新たに花本 秀実教育長が就任しました。

略 歴

昭和54年に教員となり、敦賀北小学校校長、気比中学校校長などを歴任。

退職後は、福井大学教職大学院の非常勤講師を務める。



ドイツ船社のクルーズ客船初寄港 6月11日 「ハンセアティック・スピリット」敦賀港初寄港

敦賀港に海外クルーズ客船「ハンセアティック・スピリット」が初寄港しました。金ケ崎岸壁にクルーズ船が入港すると、敦賀高校吹奏楽部による演奏が始まり、一気に歓迎ムードに。榊林保育園の園児やボランティアの皆さんから乗客へ、敦賀のイラストが描かれた手ぬぐいが手渡されました。その他にも、市内外店舗による物産の販売や、観光施設を巡るバスツアーが催されました。また、初入港を記念して、人道の港 敦賀ムゼウムで式典が開かれ、中村福井県副知事や池田敦賀観光協会会長、米澤市長が参加し、船長たちへ記念品が贈られました。▲出港のお見送りの様子