

平成24年春の叙勲 受章者

このたび、平成24年春の叙勲受章者が発表され、日野町から宇野哲さん(70歳)と宇田泰一(70歳)さんが受章されました。

さようじつしょうじゅう

旭日小綬章を受章

宇野哲さん(椿野台)



宇野さんは、栗東市で市議会議員として活躍された功績をたたえられ旭日小綬章を受章されました。29歳の時に初当選され、その後、通算32年間、議員を務められました。たくさんの方に出会い、話を聞き、そこから考えることを大切にしてこられたそうです。宇野さんは「聞いた声をもとに本当に必要な政策を考え、それを実現することに力を注いできました。たとえ自分の功績として名が残らなくても、どうやって必要の人に必要な政策ができるのかを常に考えて行動していました」と語ってくださいました。宇野さんは、平成24年3月に娘さんがお住まいの日野町に引っ越しをして来られました。まだ引っ越してきたばかりなのでまず人とのつながりを作っていきたいとのこと。

ずいほうそうこうしょう
瑞宝双光章を受章

宇田泰一さん(川原)



宇田さんは、38年間、消防職員として勤められた功績をたたえられ、瑞宝双光章を受章されました。受章が決まった時には、うれしい気持ちと同時に、章の重みを実感されたそうです。在職中は、東近江消防本部を中心に日野消防署や能登川消防署などで勤務をされました。宇田さんは、「220名の職員や地域の方などたくさんの方々の支えがあったからこそ38年間務められました」と語ってくださいました。

また、消防の仕事は相手の方にとって一生に一度の大変な時に活躍する仕事。災害に遭われた方に安心してもらえるよう心がけておられたそうです。現在は、経験を生かし、地元で防災や防犯に関する活動をしておられるそうです。

宇野哲さん、宇田泰一さん
受章おめでとございます。

ヘルシークッキング

ひんやりゼリーサラダ



材料(4人分)

オクラ8本、トマト1個、玉ねぎ1/2個、エビ12尾、ベビーホタテ20個、サラダ菜8枚、粉ゼラチン10g、冷水大さじ2、熱湯500ml、削りがとお6g、
①【しょうゆ大さじ1、塩小さじ1、砂糖大さじ2と1/2】、梅干し1個、塩(塩ゆで用)少々

作り方

- ① ポールに粉ゼラチンを入れ、冷水でふやかす。
- ② 削りがとおを入れた茶こしに熱湯を通してだしをとり、①とよく混ぜる。ゼラチンが完全に溶けたら①と種を除いて刻んだ梅干しを加えて混ぜ、冷蔵庫に入れて冷やす。固まったら、スプーン等で細かくくずす。
- ③ オクラを塩ゆでし、少量を小口切り、残りは斜めでふたつに切る。玉ねぎはせん切りにし、水にさらす。トマトは1cm角程度に切る。
- ④ エビを塩少々でゆでる。ベビーホタテは塩を加えずゆでる。
- ⑤ サラダ菜は一口大にちぎり、水につけてシャキッとさせる。お皿にサラダ菜を敷いて野菜とエビ、ホタテを盛り合わせ②のゼリーソースをかける。

☆1人分エネルギー 184 k cal
たんぱく質 30.4 g
脂質 1.1 g
食塩相当量 3.1 g

ポイント

ゼラチンはコラーゲン由来のたんぱく質が90%含まれる、高タンパク質食品です。一緒に摂取された食物の消化吸収を助けるという働きもあります。病気や疲労で胃腸が弱っている時などおいに活用したい食品です。



健康推進員
まつもと えいこ
松本 英子さん
(松尾2区)