島原手延そうめんアレンジレシピ
作ってみんね！ ～ジャージャーカレー麺～

松永美和さん(フードコーディネーター)が考案されたオリジナルレシピをご紹介します。
ご家庭でぜひお試しください。

材 料(2人分)

- ●島原手延そうめん…２束
- ●豚ひき肉……150g
- ●蓮根……50g
- ●ねぎ……1/2本
- ●きゅうり……1/2本
- ●ラー油……お好みで

《調味料》
- ●赤味噌…大さじ1.5
- ●豆板醤…小さじ１～
- ●オイスターソース…大さじ１
- ●カレー粉…大さじ１
- ●酒…大さじ１
- ●砂糖…小さじ１～

作り方(約20分)

❶ねぎの半分をみじん切り、もう半分を白髪ねぎに、きゅうりは千切り、蓮根はみじん切り。
❷豚ひき肉を炒め色が変わったら蓮根と調味料を加え、肉味噌にする。
※豆板醤、砂糖は好みで加減する。
❸そうめんを茹でた後、器に盛る。
❹❷を乗せて、きゅうりと白髪ねぎをトッピングし、好みでラー油をかけて完成。

※本レシピは「島原手延そうめんアレンジレシピBOOK」でもご紹介しています。
レシピBOOKは、商工観光課および各支所で配布のほか、市HPで公開しています。

問商工観光課（西有家庁舎）
☎７３－６６３３

市HP

島原手延そうめん認証マーク制度
「認証マーク」のあるそうめんがオススメ！
購入される際の目印にしてください。

こんにちは！消費生活センターです

問 南島原市消費生活センター
☎８２－３０１０

身に覚えのない請求書が届いた！
～慌てず、安易に相手に連絡せず、相談しましょう～

●相談事例

債権回収会社と名乗る封書が届いた。「通知書」と題され「請求金額について、お支払いの確認が取れていない。本書面の到着から１週間以内に連絡するように。連絡がない場合には、法的手続きを取る」という内容だった。請求金額は損害金も合わせ48万円。

まったく身に覚えがない。対処法は？

＜消費生活センターからのアドバイス＞

身に覚えのない請求書が届いたときは、実在する事業者や公的機関をかたった架空請求詐欺の可能性があります。安易に請求書の送付元に電話して請求内容を確認することは控えましょう。電話してしまうと「本人確認する」などと言われ、さらに個人情報を伝えてしまう危険性もあります。ただし、無視すべきではない通知の場合もあるので、相手に連絡する前に、早めに、消費生活センターにご相談ください。

市では毎月、弁護士による無料法律相談を実施しています。消費生活センターで予約受付中です。１人で悩まずに、困ったことがあればご相談ください。

南島原市国際交流員
リキの ユ・ポンテ Iu Pont'
※Iu Pont'は「架け橋」という意味

友好都市 キェーティ市の自己紹介 ～第3巻～

リキ：皆さんこんにちは。
国際交流員のリキです、今月もよろしくお願いします。前回は、ちょうど面白いところで休憩しましたから、本当に申し訳ありません。
さて、ここからキェーティ市さんにお話いただきたいと思います。

キェーティ：皆さんチャオ(こんにちは)！
すみません。会話をしていたら少し喉が渇いたので、午前中のコーヒーを飲みに行っていました。
イタリア人にはそういう習慣があるんですよ。

リキ：そうですよね！
やはりイタリアといえば、エスプレッソコーヒーが思い浮かぶでしょう！でも、喉が渇いた時に、コーヒーだけで本当に渇きを潤せるでしょうか？

キェーティ：いいえ！潤せません！

リキ：えー？そしたら、なぜコーヒーにしたんですか？

キェーティ：美味しいからさ。
ただ、飲んだ後、水も飲みたくなっちゃいます。
そういえば、前回は天正遣欧少年使節について話していましたね。続きを話しましょう！２つの目的があったと言いましたね。

最初の神父が日本に着いた時に、日本人は彼らの服装を眺めると出発地であるヨーロッパが貧しい場所だと思ったらしいですよ。それでヴァリニャーノさんはその勘違いを解消するため、４人の少年の目を通して、ヨーロッパの実情や文化を日本にもちゃんと伝えようとしていました。
逆に、当時のイタリア側では日本についての情報は、マルコ・ポーロによって書かれた「東方見聞録」での情報しかありませんでした。具体的に日本の存在の証拠を見れるなんて珍しかったから、ヴァリニャーノさんが４人の少年を派遣するのを企画しました。

リキ：なるほど！そういう事でしたね。

キェーティ：その通りです。
あの14歳の少年たちは２年半でやっとヨーロッパに到着し、ポルトガル国やスペイン国を通って、いよいよイタリアに着きました。イタリアでは、ローマ市・ヴェネツィア市・ミラノ市などさまざまな街に立ち寄って、暖かく歓迎されました。

リキ：そうですね！好奇心が強いので、ぜひその行程をたどってみたいです！

次号(１月)へつづく

エスプレッソコーヒー

サンピエトロ大聖堂

天正遣欧少年使節 ４少年

広 告

あなたの会社、お店の広告を載せてみませんか。
広告主募集
【広報みなみしまばら】は広告を募集しております。
会社・商品ＰＲ、イベント告知に。
◎経費削減と新たな財源の確保のために、有料広告を募集しています。
◎広報紙のほか、市ホームページのバナー広告も併せて募集しています。
※今年度から「公用車広告」は廃止しました。
詳しくは… 問 総務秘書課 ☎７３-６６２１

島和まごころサポート
実家・空き家の片付け
などでお困りはありませんか？
見積無料
遺品整理 空き家整理 不要品回収 特殊清掃
家族だけでは難しい片付けを、まごころ込めてお手伝いします。
詳しくはこちら
HP・LINE
長崎県南島原市有家町蒲河226
TEL 0957-82-3662