

Breaktime with Braden

ブレイドンの
おれいしたいむ vol.10

原文・和訳
ブレイドン・ベナイト
Braden Bennight

ワシントン州フェデラルウェイ市出身。2021年11月から国際交流員として、浦添市役所国際交流課に配属。

夏

出身地のワシントン州と沖縄の夏の天気はいくつか違いがあります。沖縄はとても暑くなり、雨がよく降り、湿気が多くなりますが、最近ワシントン州やアメリカ西海岸のほとんど(特にカリフォルニア州)では、夏はとても乾燥するようになっていきます。

出身のシアトル地域は、以前まで雨がよく降る場所で知られていました。気候変動の影響で雨の日が少なく、乾燥した気候となり、ここ数年は特に山火事が起こりやすくなっていて、発生件数もかなり多くなっています。

沖縄は毎年、夏に台風が来ますが、シアトルには台風やハリケーンが来ません。なぜなら台風の発生には暖かい熱帯の海水が必要で、シアトルの気候は温帯だからです。去年の11月に沖縄に引っ越してきてから、台風を一度しか見ていませんが、その時はただの大雨のようだと思いました。今年はどうのような台風が来るのか見てみたいと思います。

沖縄での夏は安全に楽しく過ごそうと思いますが、読者の皆さまも安全に過ごせることを願っています!

Summer

Summer weather differs a bit between here in Okinawa and in Washington, where I'm from. Here in Okinawa it tends to be very hot, rainy, and humid, while more recently Washington and much of the west coast (especially California) of the United States tends to get drier during the summer.

The Seattle area where I am from used to be known as an area that rains very often. Due to climate change, it has been raining less, creating a drier climate that has been leading to several wildfires every summer, especially these past few years.

Typhoons hit Okinawa every summer, but Seattle never gets typhoons or hurricanes. This is because they require warm tropical ocean water, but Seattle is temperate. I've only seen one typhoon since moving to Okinawa last November, but at the time I thought it was just heavy rain. I'm interested to see what kinds of typhoons will come this year.

I'll be making sure to stay safe while enjoying my summers in Okinawa and hope that all of you stay safe as well!

てだっ子STUDIO



牧港在
仲西 澗 ちゃん (5か月)
お外で遊ぶの大好き、澗ちゃん!



西原在
砂田 幸叶 ちゃん (1歳)
プールだーいすき(^^)♡



宮城在
金城 紬 ちゃん・いと ちゃん (5歳) (5か月)
妹愛が止まらない♡

写真募集中! 【募集対象】市内在住の0~9歳のお子さん
【応募方法】①お子さんの名前②ふりがな③年齢または月齢④居住区
⑤一言コメントを入力しkouhou@city.urasoe.lg.jp (広報広聴係)へ画像データを添付し、送信してください。



●写真は、お子さんの顔全体が写っているもの(頭や顔の一部が切れていないもの)
●応募者多数の場合は、抽選の上掲載します。掲載の可否については連絡いたしませんのでご了承ください。

ハイサイ こちら市長室!

「ガチマヤー市長がゆく!」

浦添市長 松本 哲治

私は自身のSNSで「浦添のまーさむん美味いもの」処シリーズと題して、市内の美味しいお店や商品、イベントなどの情報を発信している。いわゆる市長版「食レポ」みたいな感じである。

さすがの私でもこれはオススメでさかないなと思う代物は別として、浦添市内であればどこでも積極的に足を運び宣伝して回っている。その理由は単純で私自身がガチマヤー(食いしん坊)であることと、本当に浦添市には美味しい物や場所がたくさん集まっていると感じていて、それを一人でも多くの人に知ってもらいたいのである。



▲市長の「浦添のまーさむん(美味しいもの)処シリーズ」

て美食している。実際に現在でも新しいお店や商品が市内で誕生しており、私の「行かねばならぬリスト」はますます増えていくばかりである。

その一方で批判されることもたまにある。例えば「市長自らが特定の飲食店を推奨するのは公平じゃない」「もっと別に美味しい店がある」「せっかく行ったのに不味かった」などなど。味については好みが変われると思うが、市長の私が市内飲食店をPRすることは何ら問題ないと考えている。市長はまちの広報係・営業マンでもあり、積極的にセールスして盛り上げていくことも仕事の「つと」と捉えているからだ。

だから、この「コラム」をお読みの皆さんも情報提供していただければ、どこへでも飛んで行きます(市内ね!)。あなたの自慢のお店や大好きな商品、新規開店、オススメ穴場情報などあれば、こっそり教えて下さい。私の方で宣伝します(笑)。

簡単!健康!サッと作れる!

いちおしレシピ レシピ 59品目

旬の茄子を使った暑い夏にぴったりな一品
茄子のさっぱり和え

材料(4人分)
・茄子 …… 中3本(約300g)
・大葉 …… 7~8枚
・油漬ツナ缶 … 60g(1缶)
・ぼん酢 …… 大さじ2
・おろししょうが(チューブ可) …… 小さじ1
・いりごま …… 小さじ1

作り方
①茄子は1cm幅の半月切り、大葉は千切りにする。
②耐熱皿に茄子と油漬ツナ缶を入れ、よく混ぜ合わせたら電子レンジで茄子が柔らかくなるまで加熱する。
③②の粗熱が取れたら、ぼん酢、おろししょうが、大葉を入れて和える。
④お皿に盛り付けた後、いりごまをふりかけて完成。

栄養成分表示(1人前)
エネルギー65kcal/たんぱく質3.4g/脂質3.6g/炭水化物3.8g/食塩相当量0.8g

うめ~しポイント
茄子はツナの油漬と合わせることで酸化による変色を防ぐことができます。野菜料理を一品追加した時など、火を使わずに作れる簡単レシピです。冷蔵庫で冷やして食べてもGOOD!

レシピ提供:健康づくり課 又吉 彩香