

## タイガーが伝えたい！アメリカ人の視点

### アメリカの寿司 「カリフォルニアロール」

皆さん、カリフォルニアロールを食べたことはありますか？カリフォルニアロールは約50年前にアメリカで誕生したとされている、カニカマ、キュウリ、アボカドを包んだ巻物です。特徴は「裏巻き」と言って、酢飯が外側にあります。

この「裏巻き」は日本人にとっては抵抗があるかもしれませんが、海外では握り寿司と並行して裏巻き寿司は非常に人気です。

例えば、ニューヨークでよく見かけるクリームチーズ・サーモン・キュウリが包まれた「フィデルフィアロール」や、ワタリガニの唐揚げが入った「スパイダーロール」、他にはウナギとアボカドを使用した「ドラゴンロール」など、たくさんの種類があります。

実は、日本の巻物で真っ先に目に入る海苔の黒い色合いが、海外で寿司が敬遠されていた理由の一つでした。海苔を隠すための「裏巻き」が、寿司を世界中に広めるきっかけとなったと言っても過言ではないと私は思います。



#### タイガーへの質問募集中！

【Eメール】Ofu\_cir@city.ofunato.iwate.jp  
【観光交流推進室(☎内線115)】

## 新型コロナ感染症予防+熱中症予防

### 場面に応じたマスク着用の 使い分けを実践しましょう

新型コロナの感染状況は全国的に拡大傾向にあり、引き続きマスク着用や手指消毒など基本的な感染予防の徹底が必要です。



一方で、夏季の高温・多湿の環境下では、マスクをつけると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気付かないうちに脱水になるなど、体温調節がしにくくなり、熱中症のリスクが高まります。

国では、以下の場合に、マスクを外しても良いとしています。新型コロナの感染予防と熱中症予防の両立を図るため、場面に応じたマスク着用の使い分けを実践しましょう。

#### ■屋外でマスクを外して良い場面

- 会話がほとんどない場合
- 会話があっても相手と2m以上(目安)離れている場合

#### ■屋内でマスクを外して良い場面

- 相手と2m以上(目安)離れていて、会話がほとんどない場合
- 会話があっても相手と2m以上(目安)離れていて、十分な換気など対策をとっている場合

▷ 問い合わせ先＝新型コロナウイルス感染症対策室(☎内線213)

## 無料・65歳以上対象 「体力づくり講座」参加者募集！ ～体力づくりで健康的な体を手に入れましょう～

- ▷ 期日・会場＝右表のとおり
- ▷ 時間＝午後2時～3時  
※盛・立根地区のみ午前10時30分～11時30分
- ▷ 受付時間＝午後1時30分～  
※盛・立根地区のみ午前10時～受け付け
- ▷ 対象＝65歳以上(運動制限のない人)
- ▷ 内容＝体力づくりに効果的な運動や健康づくりの講話など
- ▷ 定員＝各地区30人(先着順)
- ▷ 申込締切日＝各地区開催日の前日までに電話で申し込みください。
- ▷ 持ち物・服装＝マスク着用、飲料水、眼鏡(必要な人)、動きやすい服装  
※上履きが必要な地区がありますので、申し込みの時にご確認ください。

▷ 申込先・問い合わせ先＝特定非営利活動法人さんりくWELLNESS(☎080-1823-2015)

#### ■各地区の日程および会場

地区	期日	会場
盛	8月30日(火)	カメラアホール
大船渡	8月1日(月)	おおふなぼーと
末崎	8月4日(木)	ふるさとセンター
赤崎	8月9日(火)	赤崎地区公民館
猪川	8月8日(月)	猪川地区公民館
立根	8月31日(水)	立根生活改善センター
日頃市	8月30日(火)	日頃市地区公民館
綾里	8月23日(火)	綾姫ホール
越喜来	8月22日(月)	三陸公民館
吉浜	8月25日(木)	吉浜地区拠点センター

## 児童1人につき5万円を支給

### 子育て世帯生活支援特別給付金を支給します ひとり親世帯分について

▷ 支給対象者＝以下の①～③のいずれか  
※ひとり親世帯以外分の給付金を受け取った人を除く

- ①令和4年4月分の児童扶養手当を受給している人
- ②公的年金給付等を受けていることにより児童扶養手当を受給していない人
- ③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が児童扶養手当を受給している人と同じ水準となっている人 など

▷ 申請について＝①に該当する人は、申請不要です(対象者に支給済)。②または③に該当する人は、申請が必要です。

▷ 支給方法＝令和4年4月分の児童扶養手当を受給している口座か、支給対象者指定の口座に振り込みます。

▷ 申請期限＝令和5年2月28日(火)

▷ 問い合わせ先  
子ども課子ども福祉係(☎内線193)

### ひとり親世帯以外の 子育て世帯分について

▷ 支給対象者＝次の①②の両方を満たす人  
※ひとり親世帯分の給付金を受け取った人を除く

- ①令和4年3月31日時点で18歳未満の児童(障害児の場合、20歳未満)を養育する父母など  
※令和5年2月末までに生まれた新生児なども対象となります。
- ②令和4年度住民税(均等割)が非課税の人または令和4年1月1日以降の収入が急変し、住民税非課税相当の収入となった人

▷ 申請について＝令和4年4月分の児童手当または特別児童扶養手当の受給者で、住民税が非課税の人は、申請不要です。市から支給について通知します。

※上記以外の人(例：高校生のみ養育している人、収入が急変した人など)は、申請が必要です。申請書や必要書類のリストは市ホームページをご覧ください。

▷ 申請期限＝令和5年2月28日(火)



## 100歳おめでとうございます！ いつまでもお元気で！

～6月に100歳の誕生日を迎えた人を紹介します～

#### ■今野正さん

(大正11年6月2日生まれ  
／立根町)

姿勢良く立ち、お祝い状を受け取った正さん。娘さんが、長寿の秘訣は「腹八分目」と教えてくださいました。

うなぎやすいとんが好きで、よく噛んで食べるそうです。



#### ■坂本久雄さん

(大正11年6月22日生まれ  
／盛町)

「ここまで長生きできたのは、妻と地域の皆さんの支えがあったからこそ」と語ってくださいました。

食べることが楽しみで、奥さんが作るシチューが大好きだそうです。



※記事の掲載について了承を得た人を紹介しています。