

2026年8月から浦添市17代目
国際交流員として国際交流課
に配属。

Brandon's column

Brandon's column

原文・和訳

Brandon Norris

Brandon's column

Brandon's column

Brandon's column

Brandon's column

Brandon's column

Brandon's column

Brandon's column

Brandon's column

活気あふれる田舎の故郷、ウォータールー

私はケベック州の小さな町、ウォータールーで育ちました。浦添市とは全然違います。そこはケベック州南東部の田舎にあり、アメリカとの国境にも近い場所です。その地域は、豊かな自然、サイクリングコースやスキーリゾートで有名です。私が幼い頃、ウォータールーは人口わずか約4,000人の、ティムホートンズ(カナダのいたるところにあるコーヒーチェーン)が一つもない静かな町でした。当時、父は家族と一緒に酪農場を経営していました。牧場には70頭以上の牛がいて、たくさんの猫もいました。

今では、ウォータールーはだいぶ変わり、比較的小さな町にしては賑やかになりました。クラシックモーターショーやビールフェスティバル、アート・シンポジウム、さらにはロックフェスなど、さまざまなイベントが開催されています。アイスホッケーアリーナと最新設備を備えたテニスクラブもあり、どちらも大きな州大会が開催されます。ウォータールー湖や町を通るたくさんのサイクリングコースがあるため、カヤックやパドルボード、サイクリングを楽しむのにも最適な場所です。

ウォータールーは私が覚えている静かな町ではなくなりましたが、今では誰にとっても居心地のよい、温かく迎えてくれる場所になりました。

My small hometown bustling with life

I grew up in the small town of Waterloo, Quebec. It is quite different from Urasoe. It is in the rural countryside of southeastern Quebec, close to the United States border. The area is famous for its nature, bicycle paths, and ski resorts. When I was young, Waterloo was a quiet town with a population of roughly 4,000 people and did not even have a Tim Hortons (a coffeehouse chain found everywhere in Canada). At the time, my father operated a dairy farm with his family. Our farm had over 70 cows and many cats too.

Waterloo has changed a lot since then and is now quite busy despite its size. It hosts many events, including a classic car show, the Waterloo beer festival, an art symposium, and even a rock music festival. The town also boasts an ice hockey arena and a state-of-the-art tennis club, both of which host major provincial tournaments. Waterloo is also a great place for kayaking, paddle boarding, and cycling thanks to Waterloo Lake and the many bicycle paths that go through the town.

Although Waterloo is no longer the quiet town I once knew, it has become a welcoming place for all people.

浦添市公式 Instagramにも投稿してるよ!

てだっ子STUDIO

てだこキッズファースト 宣言大使 てだ子

スタジオ

てだ子

西原在

初めのうーれん草

とうり

中村 藤莉 ちゃん (7か月)

伊祖在

マイブーム「うーれん草」

たける

葛井 尊 ちゃん (1歳)

大平在

可愛いうきさん♡

ずい

仲村 翠 ちゃん (5か月)

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】 右記の二次元コードから①お子さんお名前②ふりがな③年齢または月齢④居住区⑤一言コメントと、画像データ(JPEG等)を添付し送信してください。

応募はこちら▲

●写真は、お子さんの顔全体が写っているもの(たて撮り推奨)

●これまでに掲載されていないお子さんを優先します。

●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。

市長コラム

市長

市 長 コラム

HAISAI! GUSUYOO

はいさい!

市長

市 長 コラム

浦添市長 松本哲治

Tetsuji Matsumoto

「琉球歴史ドラマ」尚寧

待ちに待った11月がやってきた。琉球歴史ドラマ『尚寧』の放送がいよいよ始まる。首里城正殿が復元公開を迎える今月、私たちが愛してやまない浦添の王の物語が放送される。

浦添で生まれ育った尚寧王は琉球史上、最も苦しく困難な時代を生きた王だ。1609年、薩摩藩の侵攻という未曾有の国難に直面。圧倒的な武力を前に、自らの誇りよりも民の命と国の存続を選び、苦汁の降伏を決断した。薩摩への連行や厳しい支配の渦中で苦悩を抱えながらも、武力ではなく文化と外交で王国を支える礎を築いたのである。

その傍らには、王の不在を守り抜き、祈り続けた王妃アオリヤエの姿があった。別々

▲琉球歴史ドラマ「尚寧」公式サイト

11月4日(木) 9時 スタート

11月4日(木) 9時 スタート

追伸：来春には琉球オペラ「アオリヤエ」も上演予定です。こちらにもよろしく!

の墓に葬られた二人が百余年の時を経て、浦添ようどれで再び寄り添ったという物語は、幾多の苦難とともに超えた二人の深い絆を今に伝えている。

浦添ようどれは、単なる歴史の遺産ではない。困難を身に引き受け、気高き精神で国を繋いだ王と王妃が静かに眠る、私たちの誇りの象徴だ。

激動の時代に立ち向かった尚寧王の決断と愛に思いを馳せ、浦添の歴史の深さと誇りを胸に刻む特別な月にしたい。

この誇り高き歴史の物語「尚寧」を、一人でも多くの方に、そして何より浦添市民全員に観ていただきたいと心から願っています!

簡単! 健康! サツと作れる!

サツとごはん

15分

寒くたってへっちゃらだい! 風邪に負けない

もりもり野菜の人参ラペ

材料(4人分)

- 人参・・・大1本(200g)
- パプリカ(黄・赤)・・・各1/4個
- きゅうり・・・1/2本
- ぶどう・・・4粒(レーズン適量でも可)
- 塩(塩もみ用)・・・小さじ2/3
- ワインビネガー・・・30ml
- サラダ油・・・25ml
- はちみつ・・・小さじ1/2

作り方

①人参はシリシリ器または包丁で粗い千切りにし、パプリカは縦に粗く千切りする。きゅうりは3mm幅の細切りにする。ぶどうは4等分に切る。(レーズンは切らなくてOK)

②人参、パプリカ、きゅうりをボールに入れて塩を加え、10分程度置く。しんなりしたら、絞って水をきる。

③Aの調味料を混ぜ合わせる。

④①のぶどうと②、③を合わせたら出来上がり。

栄養成分表示(1人あたり)

エネルギー 87kcal

食塩相当量 0.6g

野菜使用量 83g

うめーしポイント

さっぱりした味なので1年を通して美味しくいただけます。冬には黄色の島ニンジンとオレンジ色の人参で、2色使いすると目でも楽しめます。塩もみすることで野菜が小さくなるので、思いのほか野菜をたくさん食べることができます。

レシピ提供: 琉球調理製菓専門学校 調理専門士科2年

崎浜澄香・桃原泰空

7 広報うらとえ 2026年11月1日

2026年11月1日 広報うらとえ 6