



独占！

「なるなるマン」インタビュー！

「なんとかなるなるマン」とは、市民による「なんとかなるなる。なばりです。」ロゴ活用ワークショップで生まれた、やる気はあるけどドジなヒーローです。今回は「なるなるマン」に独占インタビューです！

Q なぜ、なるなるマンになったの？

A 名張が元気に盛り上がり欠けていて、もっと名張のいいところを発信したいと思い立ち上がった。

Q なるなるマンになって苦労ってある？

A 初めは恥ずかしさや大変さもあったけど、みんなで考えたヒーローが形になってきたことが嬉しい。

Q 最後になるなるマンからメッセージ！

A 頑張っている皆さんの励みになれば嬉しい。名張に住んでいて良かった、住みたいと感じてもらいたい。なるなるマンのように、思いやりを持って身近な人を大切に、誰かのために手を差し伸べられる勇気と優しさの輪が広がって明るい名張市になってほしい！

12月に初披露となった「なるなるマン」は、子どもたちにも大人気！明るい名張市を願う「なるなるマン」は、名張愛あふれるヒーローでした！



なるなるマン
ショートドラマ
第一話



市民 PR チームが Instagram で
綴ったなばりの魅力をご紹介！

投稿を再編集して掲載！フォローしてね ▶



1月からは3期生が活動スタート！お楽しみに！



おでかけしませんか？



＼冬のごほうび／

いちご狩り
のススメ
【青蓮寺湖観光村】

冬のさむ～い日でもおすすめ！青蓮寺湖観光村の暖かいハウスでいちご狩りはいかが？ハウス栽培のいちごは1月～3月が旬。甘みがギュッと詰まったいちごを堪能しよう！



まずは案内所で受付を！

案内所では、その日1番おいしいいちごが食べられるいちご園を案内してもらえます。受付を済ませてハウスへ向かおう！

摘みたてを 30 分間食べ放題！

いろいろな品種のいちごを 30 分間好きなだけ。十分に熟したいちごは、練乳がなくてもとっても甘いですよ！



おいしい いちご はコレが目印！

- ・ヘタの付け根まで真っ赤
- ・ヘタが反り上がっている
- ・つぶつぶの周りの果肉が盛り上がっている など



いちごがなくなり次第受付終了。来園は午前中がおすすめ！

青蓮寺湖観光村 いちご狩り

期間 1月5日～5月中旬 9:30～16:00（最終受付 15:30）

休園日 水曜日（祝日は除く）

◎ 15人以上の利用は要予約。入園料など詳しくは HP で

☎ 青蓮寺湖ぶどう組合いちご部 ☎ 63-7000



じもと再発見

なばりじまん



あなたのおうちはどのタイプ？

なばりのお雑煮

現在の名張は、引っ越してきた人が多いので、様々な地域のお雑煮が作られています。鮭やイクラなどの海産物を具材にしたり、すまし仕立てだったり、あんこ入りの餅を入れたり…。家庭によって味が違うのが名張のお雑煮の魅力なのかもしれません。「あなたの家はどんなお雑煮？」と周りの人に聞いてみれば、盛り上がることも間違いなし！

名張で昔から食べられてきたお雑煮の特徴は、形を丸くそろえた具材。「今年1年、何ごともなく丸くおさまるように」という願いを込めて、細い大根や小さな里いもを輪切りにします。お餅は丸めて手のひらで押さえて作る「おしもち」を焼いてから汁の中へ。味付けは、味噌仕立てが中心です。そんな名張流のお雑煮は、毎年小学校の給食メニューとして出され、子どもたちが「ふるさとの味」に触れるきっかけとなっています。

お雑煮の歴史は古く、室町時代にはすでに武家や公家の正月の祝い料理として出されていたといわれています。日本各地で個性豊かなお雑煮が食べられていることは有名な話ですね。



ふるさとの味を大切にしてほしい

郷土学習「なばり学」の一環として、毎年「名張の雑煮」を給食の献立に取り入れています。彩りと栄養のために金時にんじんを使用するなど、レシピは給食用にアレンジ。食べる前にはお雑煮に込められた願いを話して、郷土学習が深まるように工夫しています。

子どもたちが「家のお雑煮と違うよ！」と教えてくれることも。そうやって違いを見つけて、家庭の味と名張の昔ながらの味、どちらも大切に食べてもらえたら嬉しいですね。



市内にはお餅に砂糖入りのきなこをまぶして食べる地域も多い。県内では珍しい食べ方だそう。



食育の授業で名張のお雑煮を知る子どもたち。家のお雑煮との違いに驚く児童も。



語る
ひと

栄養教諭
谷田・北中・川原



#名張感動

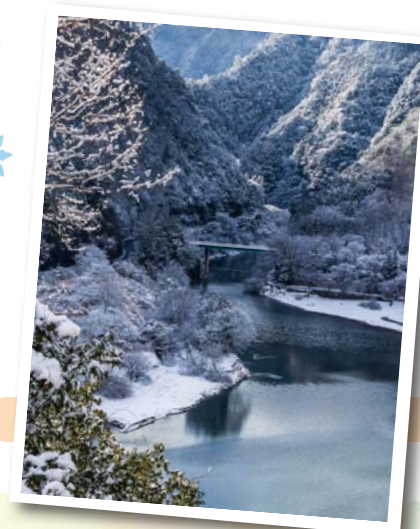
このまちに感動に満ちている

青蓮寺湖冬景色

@matujun2525

白銀の別世界になった青蓮寺湖。冬ならではの静けさも伝わってくる1枚です。

冬編 2024 名張感動賞 グランプリ作品



#名張感動投稿
キャンペーン

Instagramに「#名張感動」と「#名張感動2025」を付けて投稿してね！入賞作品には名張の特産品を贈呈します！



詳しくは
市HPで