

# 多久聖廟

多久四代邑主多久茂文によって、1699（元禄12）年に学問所（のちの東原座舎）を建設、さらに1708（宝永5）年には、その学問所の象徴として、孔子を祀る多久聖廟を創建しました。



この建物は、長崎の興福寺を代表とする黄檗禅宗の寺院を模した日本建築であり、孔子聖跡図に基づき、慶事のときに現れるという架空の動物が彫刻されています。特に、龍の彫刻は約70

あります。これは学問の高いところを表しているといわれています。扉や腰板など建物の要所に中国古来から伝わる吉祥文が施され、中国風が随所に表現されています。天井絵は「蟠龍」（はんりょう）と呼ばれ、龍が今にも天空に飛び立とうとしている様子を多久領の絵師御厨夏園によって描かれたもので、創建以来、加筆されておられません。

多久聖廟は、昭和8年に国宝保存法により国宝の指定を受けましたが、昭和25年には、文化財保護法により、国の重要文化財に指定されました。来年2008（平成20）年には創建300年を迎えます。

こんにちは  
 ヘルスマナアトです



今月の担当  
 福祉健康課  
 健康増進係

食べ物がおいしいと思える健康はありがたいものですね。

多久市では、生活習慣病予防教室を開催して健康づくりを展開していますが、健診結果状況では、40歳代以上（年代別）男性では高血圧が上位であり、女性では、LDLコレステロールが上位という結果でした。（平成18年度）

LDLコレステロールは、動脈硬化の要因であり、運動しなければ低くなりません。一方、高血圧では予防として、食事での減塩方法があります。調味料では、塩、しょうゆ、みそが塩分の多い代表ですが、急にうす味にするのが味気ない方は、酢を使ったり、塩分の少ないトマトケチャップやマヨネーズなども上手に利用するのも良い方法の1つです。（使い過ぎにはご注意ください。）

今回は減塩を意識して、酢を使った、れんこんの酢炒めを紹介します。

## れんこんの酢炒め



### ● 材 料 ●

- ・れんこん…… 125g (小1/2)
  - ・にんじん……50g (1/3本)
  - ・ちくわ……1/2本
  - ・油……小さじ2
  - ・調味料A
- \*調味料A\*
- 酢……小さじ2
  - さとう……小さじ1
  - しょうゆ……小さじ2
  - みりん……大さじ1

### 【作り方】

- ①れんこん、にんじんは半分に切って薄切りにする。ちくわも薄切りにする。
- ②材料を油で炒めて、水を少量加えて蒸し煮にする。
- ③水分がなくなったら、調味料Aを加えて味を調える

