

まちの ゴミを減らして

大量の雪が解け、春一番が吹くと、いよいよ農作業が本格化。庭や畑の手入れが始まり、町内では春の一斉清掃が行なわれます。

この時期にいつも思うこと・・・「街路に捨てられたゴミは誰が捨てるのだろうか？」小さい頃から教育されていなくても、誰かがポイ捨てをしているからなくなることはありません。

ある日私が道端のゴミを拾っている目の前で、車の助手席からペットボトルを投げ捨てられたことがあります。投げ捨てた人は「やばい！」と言いながら走り去っていききました。

これらのゴミは誰が片付けていたか何年も悩んでいました。私の結論は・・・「そのゴミに気付いた人が片付ける」以上。明確には誰の仕事とも言えないものを引き受ける一定以上の住民がいることが、自治体の共同体らしさかもしれないと感じる頃です。

町長 田中 一典

栄養士の もう一品欲しいメニュー 【ブロッコリーの力加和え】



栄養価(1人当たり)

エネルギー 50 kcal 塩分 1.3 g
カルシウム 23 mg 野菜 60 g



＝ 作り方 ＝

- ①沸騰した湯に塩二つまみ入れブロッコリーを茹でる。
- ②ボールに醤油とみりん・ブロッコリー・カツオ節を入れ混ぜて器に盛る。

必要な材料(2人分)

ブロッコリー 120g 2/3株 ~小房に分けておく
カツオ節 4g 小袋 ~手でもんで粉にしておく
醤油 18g 大匙1 } 合わせておく
みりん 18g 大匙1

★刻んだ梅干しと合わせても、さっぱりと食べやすいです。

健康づくり・生きがいくり 行事予定表

<6月下旬>			
日にち	時間・内容	場所	担当
15 金			
16 土	絵画原画展	郷土館	教委
17 日	絵画原画展&お話し・お絵かき会	郷土館	教委
18 月	10:00 ヨガ	保健センター	保健
19 火	10:00 離乳食教室 ^{案内} 10:00 のびのびひろば	保健センター 保健センター	保健 保健
20 水	9:30 健康体操	保健センター	保健
21 木	町民作品展(～27日) 10:00 子育て教室 13:30 サーキットトレーニング	町民会館 保健所 保健センター	教委 保健 保健
22 金	10:00 ほっと茶屋	わかち愛ひろば	老福
23 土			
24 日			
25 月			
26 火	10:00 乳幼児相談 ^{案内} 10:00 のびのびひろば	保健センター 保健センター	保健 保健
27 水	9:30 健康体操	保健センター	保健
28 木	13:30 サーキットトレーニング	保健センター	保健
29 金	10:00 ほっと茶屋	わかち愛ひろば	老福
30 土			

<7月上旬>			
日にち	時間・内容	場所	担当
1 日			
2 月	10:00 ヨガ	保健センター	保健
3 火	10:00 のびのびひろば	保健センター	保健
4 水	9:30 健康体操	保健センター	保健
5 木	13:30 サーキットトレーニング	保健センター	保健
6 金	10:00 ほっと茶屋 10:00 わかち愛サロン	わかち愛ひろば わかち愛ひろば	老福 老福
7 土			
8 日			
9 月			
10 火	10:00 のびのびひろば	保健センター	保健
11 水	9:30 健康体操	保健センター	保健
12 木	10:00 子育て教室 13:30 サーキットトレーニング	保育所 保健センター	保健 保健
13 金	10:00 ほっと茶屋	わかち愛ひろば	老福
14 土			

申込・・・事前に担当まで申込みが必要です。
案内・・・対象の方には個別に案内をしています。

詳細は、担当にお問い合わせください。
保健：保健センター 32-2411(内線192)
老福：老人福祉センター 32-2411(内線710)
教委：教育委員会 32-2525