

広報

# おおいずみ

2014

2.25  
Vol.781



町からあなたへ...



## 高齢者デマンド交通運行事業

### 車両の愛称「ほほえみ」に決定

長寿支援課

☎55・2632

高齢者デマンド交通運行事業に使用する車両の愛称が決定しました。

ご応募いただいた43点の応募作品の中から、「大泉町高齢者デマンド交通運行事業愛称審査会」において選考を行った結果、萩原和子さん(22区)の応募作品「ほほえみ」が愛称に決定しました。

「いつでもどこでも誰にでも、笑顔とほほえみを絶やさずに人と人との和を大切にしたい」という思いからこの愛称を考えたとのこと

とです。萩原さんには、町長より賞品が贈呈されました。

#### 【利用者登録受付中】

「ほほえみ」を利用するには事前に利用者登録が必要です。

多くの皆さんの登録をお待ちしています。

□登録場所 長寿支援課

□対象 町内在住の65歳以上の人で、1人で乗り降りができる人

□利用者登録方法 申請書(長寿支援課にあり)に必要事項を記入の上、

提出してください。

申請後、その場で登録証を交付します。

登録証の裏面には名前を記入してください

#### □注意事項

・本人以外が利用者登録申請をする場合は、委任状が必要です

・登録証は他人に貸与はできません

※申請書、および委任状は町ホームページ (<http://www.w.town.oizumi.gunma.jp/>) から



町長から賞品を贈呈された萩原和子さん

## 女性の健康週間

### 快適な毎日を過ごすために

健康づくり課 ☎62・2121

厚生労働省では、毎年3月1日から8日を「女性の健康週間」としています。生涯を通じて明るく充実した日々を過ごすために、自分の体への関心や女性ホルモンにより起こる身体の変化に適応させることなど

正しい知識を持ち、バランスのとれた食事をとる、運動習慣を持つ、自分にあつたりフレッシュ方法を持つなど、日々の生活の積み重ねが大切です。

#### 【女性の健康ワンポイント】

□食生活のポイント 若い

頃からの食生活の偏りが、生活習慣病や骨粗しょう症を引き起こす原因にもなります。栄養のバランスのとれた適切な量の食事をしましょう

品、抗酸化食品(緑黄色野菜や果物など)、鉄を含む食品(レバー、あさり、納豆など)を適量とるよう心がけましょう

・朝、昼、晩と規則正しく食事をとりましょう

□運動のポイント 適度な運動は体力を維持したり気分をリフレッシュさせる効果があります。また骨粗しょう症予防には、適度に運動をすることが効果的です。できるだけ

階段を使うなど生活の中で意識的に体を動かしましょう

□休息のポイント 女性ホルモンや環境の変化など、さまざまな要因が重なったときには、気分が沈んだり、不安定になることもあります。趣味な

どの楽しみを持ち、ここをリフレッシュさせましょう。気になる症状が2週間以上続くような場合には、医療機関(心療内科・精神科・婦人科)を受診しましょう

□定期検診の勧め 体からのサインに気づくために

症状がなくても健康管理や疾病の早期発見を目的に、定期的に検診を受けましょう

## 町民体育館耐震補強工事に伴う休館

都市整備課 内線207

町民体育館は平成26年度に耐震補強工事が予定されており、工事期間中は全館休館となります。ご迷惑をおかけします

が、ご理解ご協力をお願いします。なお、町民体育館が休館している期間中、ほかの運動施設の窓口業務は、町民

野球場で行います。期間は、現在のところの見込みであり、工事状況により変更となる場合があります。

□休館期間 6月9日(月)～平成27年3月31日(火)(予定) ※詳しくは、都市整備課都市整備係へ。

## パスポートの訂正制度が変わります

住民課 内線129

現在、有効なパスポートに氏名・本籍の都道府県名の変更があった場合、新規に切り替えるか、記載事項の訂正を申請する方法があります。しかし、3月20日以降「記載事項の訂正」の制度は廃止され、同日からは「記載事項変更旅券」と

いう新たなパスポートが発給されます。記載事項変更旅券は、顔写真ページ、およびICチップに訂正後の内容が反映され、所持しているパスポートの有効期間満了日と同一となります。

【制度変更後の取り扱い】所持しているパスポートの氏名・本籍に変更があった人は、3月20日以降、「記載事項の訂正」を申請することはできません。パスポートを返納し、記載事項変更旅券または新しいパスポートを申請してく

ださい。 ※制度変更については、県パスポートセンターホームページ (<http://www.pref.gunma.jp/>) または、外務省のホームページ (<http://www.mofa.go.jp/mofaj/>) でもご覧いただけます。詳しくは、住民課へ。



## 東日本大震災 関連情報

### 調理済み給食の放射性物質測定結果について

町では、1月20日・21日に、町内の保育園、幼稚園、小中学校の給食について、放射性物質（放射性ヨウ素131、放射性セシウム134・137）の検査を行いました。放射性物質は検出されませんでした。

### 給食用食材の放射性物質測定結果について

県では、給食用食材について、次のとおり放射性物質（放射性ヨウ素131、放射性セシウム134・137）の検査を行いました。

#### 【学校給食用食材】

- 期日 1月16日
- 対象 町内の学校給食用食材（群馬県産しいたけ）
- 結果 不検出

#### 【町内保育園給食用食材】

- 期日 1月15日・16日・22日
- 対象 町内保育園給食用食材（北海道産じゃがいも、栃木県産にんじん、千葉県産にんじん、愛知県産キャベツ）
- 結果 不検出

#### ■水道水の安全性

2月18日に東部地域水道事務所（千代田町）で県が行った測定結果では、放射性物質は検出されず、飲用に支障がないことが確認されています。

【広告】

## 有料広告募集中

- 大きさ 横 8.8cm×縦 4.5cm
- 使用色 1色
- 掲載料金 10,000円（1枠1回）

# くらしの 情報 Information Oizumi

## お知らせ



### 風しん予防接種の助成は3月まで

健康づくり課

昨年の全国的な風しんの流行を受け、町では先天性風しん症候群の発生を予防するため、大人の風しん予防接種の費用の一部助成を行っています。助成期間は3月31日までとなっていますので、予防接種後の申請をまだしていない人や接種を希望される人はお早めにお願ひします。



- 申請期限 3月31日(月)
- 受付時間 午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）
- 助成対象 接種日当日に町内に住所がある人で、妊娠を希望する夫婦または妊婦の夫（婚姻の有無は問いません）
- 対象にならない人
  - ・風しんにかかったことがある人
  - ・風しん（麻しん風しん混合を含む）予防接種を2回受けたことがある人

- ・妊娠中および妊娠の疑いのある人
- 申請方法 医療機関で予防接種を受けた後、必要書類を健康づくり課へ提出して申請する
- 必要書類
  - ・医療機関の領収書（原本）
  - ・振込先が確認できるもの
  - ・印鑑（朱肉を使うもの）
  - ・風しん予防接種費用助成金交付申請書（健康づくり課にありませう）
- 助成金額
  - ・風しんワクチン…3000円
  - ・麻しん風しん混合ワクチン…5000円
- 注意事項
  - ・妊娠中または妊娠の疑いのある人は接種できません
  - ・接種後2か月間は、妊娠を避けることが必要です
  - ※風しん予防接種費用助成金交付申請書は、町ホームページ（<http://www.town.oizumi.gunma.jp>）からもダウンロードできます。詳しくは、健康づくり課（☎62・2121）へ。

### 震災で破損した瓦の受け入れ終了について

環境課

震災で破損した瓦の受け入れは、3月31日(月)で終了します。

- す。搬入がお済みでない人はお急ぎください。
- 受入期限 3月31日(月)（土・日曜日は除く。ただし、第3土曜日は受け入れを行います）
- 受入時間
  - ・午前9時～11時30分
  - ・午後1時～4時
- 搬入場所 清掃センター（土小泉33001）
- 受入対象 瓦（1戸あたり1トンが目安。町内の個人住宅のもので、震災によって損壊または崩落したものに限りませう）
- 搬入方法
  - ①被災家屋などの現地確認を行いますので、事前に環境課へご連絡ください
  - ②その際、「東日本大震災に伴う災害瓦搬入届」をお渡ししますので、記入、押印の上、搬入時に清掃センターへ提出してください
  - ③清掃センター内の処分場所にて、自ら降ろしてください
- 費用 無料
- 注意事項
  - ・修繕による瓦のふき替えなどの場合は受け入れできません
  - ・土などは取り除いてください
  - ※詳しくは、環境課（内線132）へ。

【広告】

## 広告

【広告】

## 広告

**東日本大震災による被災見舞金の支給について**

町では、東日本大震災によって住宅の屋根の損壊や、塀の倒壊により修繕を要した人に見舞金の支給をしています。

申請期限が近くなっていますので、対象になる人は期限内に申請を行ってください。期限までに申請していただき、福祉課にて受理されたものが対象となります。

期限までに修繕および業者への支払いが済んでいても、期限以降の申請は受け付けられませんので、お早めに申請をしてください。

□申請期限 3月31日(月)

福祉課

- 対象 東日本大震災により被災した住宅の屋根、または塀の修繕に20万円以上の費用を要した人
- 持参する物 領収書（原本）、振込先金融機関の通帳
- 支給金額
  - ・町から2万円
  - ・町社会福祉協議会から1万円
- 申請方法 福祉課へ直接申し込む
- ※詳しくは、福祉課（☎55・2631）へ。

### 協働のまちづくりセミナー「さああなたの出番です！」

国際協働課

町では、住民の皆さんが率先して「まちづくり」に参画できるようなしくみや環境の

- 整備を進めています。
- 協働のまちづくりセミナー「さあ、あなたの出番です！」では、住民の皆さんが培ってきた経験や知識をこのように「まちづくり」に生かすことができるのか、そのきっかけやヒントとなるお話をさせていただきます。また、町の各種協働推進施策の説明会も開催します。なお、駐車場は、町公民館南別館駐車場のほか、保健福祉総合センターの駐車場をご利用ください。
- 期日 3月27日(木)
- 時間 午後7時～
- 場所 町公民館南別館2階研修室(吉田2011の1)
- 内容
  - ・協働のまちづくり推進施策の説明会
  - ・講演会「地域に生きる第一

- の人生」
- 講師 堀田 力氏（弁護士・公益財団法人さわやか福祉財団理事長）
- 対象 どなたでも参加できます
- 定員 100人（定員になりしだい締め切り）
- 申込方法 国際協働課へ電話、Eメール（[kyoudou@town.oizumi.gunma.jp](mailto:kyoudou@town.oizumi.gunma.jp)）、または住民活動支援センターホームページ（<http://oizumi-kyoudou.jp/>）から申し込み。Eメールで申し込み場合は「協働のまちづくりセミナー」参加希望・氏名（ふりがな）・住所・電話番号を明記してください
- 費用 無料
- ※詳しくは、国際協働課（☎55・3700）へ。

【広告】

## 広告

じゃがいもの植え

北児童館



みんなでじゃがいもの植えをしましょう。

- 期日 3月10日(月)
- 時間 午後3時30分～4時30分(雨天順延)
- 持参する物 軍手、タオル
- ※詳しくは、北児童館(☎63・3820)へ。

宝くじの助成金で防火衣を整備しました

安全安心課

(財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源とする「コミュニティ助成事業」を実施しています。大泉町消防団は、この宝くじの助成金で消防団員が着用する防火衣41着を整備しました。

た。防火衣の更新により、災害現場での消防団員の安全が確保され、円滑な災害対応が期待できます。 ※詳しくは、安全安心課(内線224)へ。

農地賃借料について

農業委員会事務局

農地賃借料について、情報を提供します。これは、平成25年1月から12月までの1年間の利用権設定された賃借料を集計したもので、農地の賃借料を決める際の参考としていただくものです。

- 【田(水稻)の賃借料(10アールあたり)】
- 金納のみの場合
  - ・ 平均賃借料：8600円
  - ・ 最高額：1万1500円
  - ・ 最低額：5000円
- 物納を含めた場合
  - ・ 平均賃借料：9000円
  - ・ 最高額：1万1500円
  - ・ 最低額：5000円
- ※金納は、全データ165筆の内95筆(約58%)です。また、物納(米60kg)は、JAへの仮渡価格により現金換算した金額(9900円)です。なお、物納を含めた場合の平均賃借料などには、使用賃借料が加算されています。

安全な住まいづくり講演会

県建築住宅課 企画指導係

県建築住宅課では、安全な住まいづくり講演会を開催します。これは、将来に起こりうる大地震への対策の必要性を身近な問題として考え、地震防災の意識を高める場として木造住宅の耐震化に向けた啓発講演会です。

- 期日 3月20日(木)
- 時間 午後1時30分～4時
- 場所 群馬会館2階ホール(前橋市大手町2の1の1)
- 内容 講演「あなたと家族を守る」建物と心の耐震対策
- 講師 山村武彦氏(防災システム研究所所長)
- ※詳しくは、県建築住宅課企画指導係(☎027・226・3708)へ。

太田市消防本部からのお知らせ

太田市消防本部予防課

【防火ポスター展示会】 太田市消防本部では、大泉

地域子育て支援センター参加者

各地域子育て支援センター

各地域子育て支援センターでは、4月からの参加者を幼児の年齢別に募集します。

- 【地域子育て支援センター(エンゼル)】
- 活動日時
  - ・ 月曜日の午前中：0歳児(申し込みが多数の場合は、水曜日も活動します)
  - ・ 火曜日の午前中：1歳児
  - ・ 金曜日の午前中：2歳児
- 場所 地域子育て支援センターエンゼル(エンゼル保育園内2階 下小泉410)
- 内容 毎月のお誕生会、身体測定や散歩、リズム、制作、絵本の読み聞かせなど
- 対象 0～2歳児とその保護者
- 定員 各年齢ごとに20人(定員になりしだい締め切り)
- 申込方法 地域子育て支援センターエンゼルへ電話で申し込む
- 申込期限 3月22日(土)
- ※毎月第3木曜日には、助産師によるベビーマッサージを行っています。また、午後は毎日、子育て支援センターを

開放してありますので、自由に利用ください。詳しくは、地域子育て支援センターエンゼル(☎63・0481)へ。

地域子育て支援センターキララらんど

地域子育て支援センター

- 活動日時
  - ・ 月曜日の午前中：自由開放日(年齢に関係なく利用できます)
  - ・ 火曜日の午前中：2歳児
  - ・ 水曜日の午前中：1歳児
  - ・ 木曜日の午前中：0歳児
  - ・ 金曜日：育児相談日
- 場所 地域子育て支援センターキララらんど(みよし保育園内子育て支援室 吉田956)
- 内容 制作、絵本の読み聞かせ、散歩、身体測定、お誕生会、クッキング、ベビーマッサージなど
- 対象 0～2歳児とその保護者
- 申込方法 地域子育て支援



(無償)の27筆(16%)は含まれていません。詳しくは、農業委員会事務局(内線135)へ。

ラグビーとブラジルの街 大泉おやこ探検!

町観光協会

町観光協会では、「ラグビーとブラジルの街 大泉おやこ探検!」を開催します。

- 期日 3月23日(日)
- 集合時間 午前11時30分
- 集合場所 いずみ緑道花の広場
- 内容 「グラス☆ホッパー」上映会、ラグビー親子体験、グルメ横丁散策(抽選会もありです)
- 定員 30人(定員を超えた場合は抽選)
- 移動手段 徒歩
- 申込方法 町観光協会へ直接、または電話で申し込む
- 申込期限 3月14日(金)
- 持参する物 運動靴(体育館内で使用します)
- 費用 500円(グルメ横丁500円分食事券・保険含む)
- ※詳しくは、町観光協会(☎61・2038)へ。

センターキララらんどへ直接来園し、申込用紙を記入して申し込む

町・太田市の小学校から太田市消防本部への応募作品を展示する、「防火ポスター展示会」を開催します。

- 展示期間 2月28日(金)～3月9日(日)
- 展示会場 イオンモール太田1階サウスモール(太田市石原町81)



昨年の様子

【春の全国火災予防運動】

3月1日(土)から7日(金)までの1週間、春の全国火災予防運動が「消すまでは、心の警報 ONのまま」の統一防火標語を掲げ、全国一斉に実施されます。

昨年、太田市消防本部管内では126件もの火災が発生しました。特にこれからの季節は、空気が乾燥して風の強い日が多くなるため、火災が発生しやすくなります。

火の元には十分注意してください。 ※詳しくは、太田市消防本部予防課(☎33・0202)へ。

募集



英語指導講師(JTE)

学校教育課

町教育委員会では、平成26年4月より英語指導講師(JTE)として勤務できる人の登録を受け付けています。登録後、面接・選考により採用を決定します。

- 対象 英語教諭免許状取得者(平成26年3月取得見込み可)、または英語能力を証明する書類を所有している人(TOEICスコアなど)
- 勤務場所 町内小学校
- 勤務日 月～金曜日(祝日を除く)
- 勤務時間(1日) 7時間45分
- 申込方法 学校教育課へ直接、または電話で申し込む
- ※詳しくは、学校教育課(内線302)へ。

FMラジオ放送 みみよりOIZUMI番組表

3月(弥生) FMラジオ76.7MHz 月～金曜日 昼12:50～13:00

- 3日(月)・5日(水)・7日(金) 町の新鮮な話題をご紹介します!
- 4日(火)・6日(木) 健康づくり課からのお知らせ～女性の健康週間～
- 10日(月)・12日(水)・14日(金) 町の新鮮な話題をご紹介します!
- 11日(火)・13日(木) 町公民館のお知らせ～公民館情報～
- 17日(月)・19日(水)・21日(金) 町の新鮮な話題をご紹介します!
- 18日(火)・20日(木) 図書館へ行く!～図書館あれこれ～
- 24日(月)～28日(金)、31日(月) 町の新鮮な話題をご紹介します!

TwitterとFacebookで情報発信しています! [https://twitter.com/oizumi\\_koho](https://twitter.com/oizumi_koho) <https://www.facebook.com/oizumi.town>

保健カレンダー

健康づくり課 ☎62・2121

日	曜日	種	目	対象者	受付時間	
3	月	成人健康相談		希望者	午前9:30～11:00	
		乳幼児健康相談		乳幼児とその保護者	〃	
4	火	B	C	G	H 25.9.1～H 25.9.30生	午後1:00～2:00
10	月	成人健康相談		希望者	午前9:30～11:00	
		乳幼児健康相談		乳幼児とその保護者	〃	
14	金	両親学級		妊婦およびその家族	午後1:00～4:00	
17	月	成人健康相談		希望者	午前9:30～11:00	
18	火	幼児相談		子どもの発達や行動、子育てに心配のある人	午前9:30～午後2:00	
20	木	1歳6か月児健康診査		H 24.8.21～H 24.9.20生	午後1:00～1:30	
25	火	4か月児健康診査		H 25.11.1～H 25.11.30生	〃	
26	水	3歳児健康診査		H 22.12.1～H 22.12.31生	〃	
27	木	2歳児歯科健康診査		H 24.2.1～H 24.2.29生	〃	
28	金	7か月児健康診査		H 25.8.1～H 25.8.31生	〃	

※会場は、保健福祉総合センターになります。



災害時等におけるバス利用に関する協定締結

## 災害時に備えて 協定を締結しました

2月4日、㈱スター交通との間で、「災害時等におけるバス利用に関する協定」を締結しました。これは、災害発生、または災害の発生するおそれがある場合に、町からの要請により避難者をバスで避難所へ移送、および一時避難所としてバスを利用するものです。



あそびの宝箱

## 科学マジックに 目を輝かせました

2月6日、西児童館で「あそびの宝箱」が行われました。参加者は、群馬工業高等専門学校の小島教授に教えてもらいながら、科学を使ったマジックを体験。水を入れた袋に鉛筆を刺しても水がこぼれないマジックなどが行われ、子どもたちは驚きながらも目を輝かせていました。

### かぜっ子まつり

## ゲームなどを 思い思いに楽しむ

2月1日、南児童館で「かぜっ子まつり」が行われました。会場では、輪投げ、的当てなどのゲームや、ビーズなどの手作りコーナーが用意され、親子で思い思いに楽しむ姿が見られました。参加した女の子は、「いろいろなゲームがあって楽しい」と笑顔で話していました。



### 北部商盛会節分祭

## お願い！ こっちに投げて

2月3日、北部公民館で「北部商盛会節分祭」が行われました。豆の代わりに投げられたのは、景品と交換できる500個のカラーボール。当日は、「こっちに投げて」と元気な声を出す子どもたちの姿も見られ、ボールを取ろうとたくさんの人が手を伸ばしていました。



### 「レッツ！ エコフリー マーケット」参加者 いずみの杜

いずみの杜では、「いずみの杜春のイベント」の中で行うフリーマーケットの参加者を募集します。  
なお、参加者多数の場合は抽選となります。皆さんの参加をお待ちしています。  
また、当日は「緑の中の音楽祭」も開催されます。ぜひご来場ください。  
□期日 4月29日(火)  
□時間 午前10時30分～午後3時  
□場所 御正作公園芝生広場(朝日4の7の1)(雨天の場合はいずみの杜館内で行います)  
□対象 どなたでも参加できます  
□出品できるもの 衣類・手作りアクセサリー・本など(食品以外)  
□申込方法 いずみの杜へ直接申し込む  
□申込開始日 2月26日(水) 午前10時～  
□費用 1団体500円  
※費用は、町社会福祉協議会へ寄付します。詳しくは、いずみの杜(☎20・0035)へ。

### 教室・講座



### シニア世代の元気を 保つ栄養講座

長寿支援課

町では、シニア世代の食事を見直していただくために「元気を保つ栄養講座」を開催します。1回のみの参加や男性の参加も大歓迎です。  
□期日 4月3日(木)、5月1日(木)、6月5日(木)、7月3日(木)、8月4日(月)、9月4日(木)(全6回)  
□時間 午前9時30分～正午  
□場所 保健福祉総合センター(吉田2465)  
□内容 栄養講話、体脂肪などの測定、簡単な調理実習など  
□講師 水野三千代氏(管理栄養士)  
□対象 町内在住の65歳以上の  
□定員 15人(定員になりしだい締め切り)  
□申込方法 長寿支援課へ直接、または電話で申し込む  
□持参する物 筆記用具  
□費用 無料

### 相談



※詳しくは、長寿支援課(☎55・2632)へ。

### 人権擁護委員の常駐相談日

前橋地方事務局  
人権擁護課

前橋地方事務局および県人権擁護委員連合会では、人権擁護委員が法務局に常駐して人権相談などを受ける常駐相談日を定めました。料金は無料、秘密は固く守ります。なお、電話でも相談を受け付けています。  
□相談内容 子どもに関すること、家庭内や近所のもめごと、人権問題など  
□常駐相談日 月・金曜日  
□場所 前橋地方事務局太田支局(太田市鳥山下町387の3)  
□電話相談 ☎0570・003・110(土・日曜日、祝日を除く)  
※詳しくは、前橋地方事務局人権擁護課(☎027・221・4466)へ。

### 日曜・祝日当番医 電話で確認してから受診してください

月日	内科(邑楽郡)	内科(館林市)	小児科を標榜している内科	外科	耳鼻科	
3月2日(日)	湯沢医院 大泉 62-2209	後藤内科医院 館林 72-0134	長谷川クリニック 館林 80-3311	益田小児科医院 大泉 62-5535	田沼整形外科医院 邑楽 88-9223	川村耳鼻咽喉科医院 館林 72-1337
3月9日(日)	いたくら内科クリニック 板倉 70-4080	安楽岡医院 館林 72-0572	堀越医院 館林 73-4151	阿部医院 大泉 62-5428	堀井乳腺外科クリニック 館林 55-2100	—
3月16日(日)	新井内科クリニック 大泉 20-1220	横田胃腸科内科 館林 72-4970	横田医院 館林 72-0255	小児科おぎわらクリニック 大泉 61-1133	高木整形外科(午前のみ) 大泉 62-6611	今村クリニック 邑楽 70-2221
3月21日(金)	かさはら内科医院 邑楽 55-2537	橋田内科クリニック 館林 72-0001	星野こどもクリニック 館林 70-7200	井上整形外科医院 板倉 82-1131	—	—
3月23日(日)	加藤医院 邑楽 89-1031	館林記念病院 館林 72-3155	うへの医院 館林 72-3330	ふじの木整形・内科クリニック 板倉 91-4070	—	—
3月30日(日)	須田内科医院 大泉 63-1414	吉田内科クリニック 館林 70-7117	金丸内科医院 邑楽 88-3200	慶友整形外科病院 館林 72-6000	板倉耳鼻咽喉科クリニック 板倉 80-4333	—

◆内科、外科の診療時間は午前9時～午後5時、耳鼻科の診療時間は午前9時～午後1時です。  
◆歯科は、館林邑楽歯科保健医療センター(☎73・8818)が担当します(診療時間は午前9時～正午、午後1時～3時)。  
◆小児科や婦人科、午前中のみ診療する医療機関もありますので、事前に電話でご確認ください。  
◆時間外、夜間などは、救急医療テレホンサービス(☎45・7799)で受診できる病院などを紹介します。



# 健康 レシピ 41

町食生活改善推進員の皆さんから、毎月料理を紹介していただきます。

食生活改善推進員 田中キヨ子さん（左）、伊藤澄子さん

## 変わりいなり2種

### おいしくて栄養たっぷり

たっぷりのだし汁で煮た油揚げとチーズの相性がよいならずしです。栄養的にもカルシウムとカルシウムが骨に沈着するのを促すビタミンKを多く含んでいます。



#### 【作り方】

- ① 米をやや硬めに炊く
- ② Aの材料をよく混ぜ、すし酢を作り、炊きたてのご飯に手早く混ぜ合わせて冷まし半分にしておく
- ③ 油揚げは半分に切って切り口を開き、熱湯で1分くらいゆでて油抜きをする。ザルにあげて粗熱を取り、手で挟んで水気を絞る。鍋でBを煮立て、油揚げを加えて落とし蓋をし、沸騰後中弱火にして煮る。汁が少し残るくらいで火を止め、そのまま冷まし油揚げに残りの汁を吸わせる
- ④ Cのチーズは小さめの角切り、しば漬けはみじん切り、大葉は千切りにし、半分の酢飯に混ぜ合わせて8等分し、③の油揚げに詰める
- ⑤ Dのしょうがはみじん切りにして、ちりめんじゃこと残りの酢飯に混ぜ合わせ、8等分して③の油揚げに詰めて、チーズを角切り、きゅうりを半月に切り、上に乗せて飾る

#### 【材料（16個分）】

米	2合
A	酢 大さじ3
	砂糖 大さじ3
	塩 小さじ2分の1
油揚げ	8枚
B	だし汁 カップ1と2分の1
	しょうゆ 大さじ2
	みりん 大さじ2
	砂糖 大さじ2
C	チーズ 30g
	しば漬け 30g
	大葉 3枚
D	ちりめんじゃこ 30g
	しょうが 3g
	チーズ 30g
	きゅうり 30g

#### 【1個分栄養価】

エネルギー	101kcal
たんぱく質	3.0g
脂質	1.2g
カルシウム	38mg
食塩	0.8g



2月8日と14日、町内で大雪が降り、歴史的な積雪を記録しました。8日の雪で辺り一面雪景色となり、雪化粧をした町並みや、子どもたちの遊ぶ姿が見られました。14日の雪では被害なども見られ、雪の重みでカーポートが破損したり、除雪作業に追われたりする人も多かったと思います。役場でも職員が出動し、除雪に汗を流しました。こうした雪による被害や除雪作業を通して、雪国で暮らす人たちの大変さを身にかけて感じました。（貴）

今号の  
Best Shot  
表紙