

お知らせ

国ふえす2011 in KOKA
～祭りだよ! 全員集合～

- 日時/12月11日(日) 開場11時30分～
 - 場所/碧水ホール
 - 主催/国際交流フェスタ2011実行委員会
 - 入場/無料(飲食物等は有料)
 - 内容/いろいろな国の「食」や「文化」などの紹介・体験
- 問/甲賀市国際交流協会
☎63-8728

J-ALERT (全国瞬時警報システム)の試験放送

- 日時/12月1日(木)10時15分頃
 - ※気象・地震の状況により訓練放送が中止される可能性があります
 - 放送対象地域/甲南町上馬杉区
 - 放送内容/地震予知や発生と試験放送であることを連絡します
- 問/危機管理課
☎65-0665/☎63-4619

催し

水口囃子体験教室

- 日時/12月4日(日)9時30分～11時30分(受付9時15分～)
- 場所/碧水ホール
- 対象/小学生以上
- 定員/20名
- ※参加無料、要申込。ただし定員に満

たない場合は当日申込可。
問/水口歴史民俗資料館
☎62-7141/☎63-4737

なつかしの体験教室
「しめ縄作り」

- 日時/12月11日(日)10時～12時
 - 内容/正月用しめ縄づくり
 - 定員/先着20名
 - 参加費/200円
 - 対象/小学生～大人
 - 申込/電話・FAXで下記まで。
- 申/甲南ふれあいの館
☎/☎86-7551
(月火休館・10:00～17:00)

みなくち子どもの森
しぜん学習会

- 「土の中の生き物たちをのぞいてみよう」
- 日時/12月4日(日)10時～15時
- 定員/先着20名
- 申込締切/12月2日(金)
- 持ち物/参加費100円、弁当、水筒、軍手、野外に出る服装
- 「今晩は皆既月食を観よう!」
- 日時/12月10日(土)10時～12時
- 定員/先着25名 ※参加費無料
- 申込締切/12月9日(金)
- 場所/みなくち子どもの森園内、自然館
- 対象/子ども(小学1年以上)～大人
- 申込方法/参加者全員のお名前・住所・電話番号・子どもは年齢が学年

を下記へ。
問/みなくち子どもの森自然館
☎63-6712/☎63-0466

第31回かえで文化祭

- 日時/11月19日(土)・20日(日)
 - 場所/かえで会館(甲南町森尻527)
 - 内容/作品展示 19日・20日 9時30分～15時30分
 - 模擬店 20日 10時30分～売場まで
- 問/かえで文化祭実行委員会事務局(かえで会館内)
☎86-4363/☎86-4958

☆夜空旅人(天体観望会)☆
「木星の“月”を見てみよう」

- 日時/11月26日(土)19時30分～21時30分
 - 場所/かふか生涯学習館
 - 内容/天体のお話、木星、秋の星座などの観望
 - 定員/先着20名
 - 申込方法/電話にて下記まで
 - 申込締切/11月25日(金)
 - ※天候・人数等により中止する場合があります。冷え込むことが予想されますので、防寒具をお持ちください。
- 申・問/かふか生涯学習館
☎88-4100/☎88-5055

にんくる土曜塾

- 日時/12月10日(土)10時～11時30分
 - 場所/にんくる児童館(相模教育集会所)
 - 内容/『ミニツリーやクリスマスの飾りを作ろう』
※牛乳パックを利用して作ります。
 - 定員/15名
 - 申込締切/12月7日(水)
- 申・問/にんくる児童館
☎88-5692/☎88-5696

12月1日は「環境美化の日」です

県では、美しい環境に恵まれた住みよい郷土づくりを進めるため、滋賀県ごみの散乱防止に関する条例に基づき、12月1日を「環境美化の日」と定めています。
この日を基準日として、11月20日(日)から12月4日(日)にかけて、県民、事業者、各種団体、県および市町が一体となり、環境美化活動が展開されます。

市では、12月2日(金)に水口地域工業団地で、各事業所のご参加をいただき、一斉清掃を実施します。
ごみのないきれいなまちをめざし、この機会に各自自治区・各種団体でも地域での清掃活動に取り組んでいただきますよう、お願いします。

問い合わせ
生活環境課 廃棄物対策係
☎65-0690 ☎63-4582

健康推進員だより

調味料や食材は正しくはかろう

飽食時代ともいわれる現在、食品の偏った摂取、過剰な摂取が生活習慣病の原因の一つとなっています。これらを予防するために、私たちは各地域で乳幼児から大人まで生涯を通じた食育を推進しています。

生活習慣病にならないための、以下の4つのテーマをもとに調理実習をしました。そのメニューの一つを紹介します。皆さんも、調味料や食材の分量を正しく量り作ってみてください。

〈テーマ〉① 塩分を控えめにしよう。(1日の目標:男性9.0g、女性7.5g未満)

- ② 野菜をもう一皿ふやそう。
- ③ 地元で採れたものを活用しよう。
- ④ 食事バランスガイドを活用しよう。

小松菜と人参のチーズソース

材料(4人分)	小松菜	小1束(200g)	白すりごま	大さじ2(18g)
	にんじん	1/4本(40g)	砂糖	小さじ1/2(1.5g)
	粉チーズ	小さじ4(8g)	濃口しょうゆ	小さじ1(6g)
			酢	大さじ1(15g)

- 作り方
- ① にんじんは4cm位の長さの千切りにし、ゆでる。
 - ② 小松菜はゆでて3cm位に切り水気をしぼる。
 - ③ ①を合わせて粉チーズの半量を混ぜる。
 - ④ ①②を③であえる。
 - ⑤ ④を器に盛り残りの粉チーズをふる。

普段より少ない調味料でもおいしくできあがったのではないのでしょうか。正しく量ることで食材本来の味を活かし、塩分の摂りすぎなど、偏った摂取を防ぐことができます。



▲食材の分量を正しく量る



▲小松菜と人参のチーズソース

エネルギー	50kcal
たんぱく質	2.8g
脂質	3.1g
カルシウム	168mg
塩分	0.3g

バランスガイド
副菜 1

問い合わせ

健康推進連絡協議会事務局(健康推進課)
☎65-0703 ☎63-4591

鳥獣害対策ニュース No.33

狩猟免許取得支援補助事業等
について紹介します

●狩猟免許取得支援補助事業
市では狩猟免許取得に対する補助制度を実施しています。

〈対象〉
市内に住所を有し、新規(更新を除く)に狩猟免許を取得した人

〈条件〉
一人一回限り。申請は当該年度の試験に限る。また、二種類以上の狩猟免許を取得した場合、二種類のみとする。

〈申請〉
申請受付期間は、11月中とする。
○補助額提出書類等詳細については下記までお問い合わせください。

●狩猟期間が始まります
滋賀県では11月15日から翌年2月15日(ニホンジカに限っては3月15日)までは狩猟期間となります。入猟にあたって狩猟者に対して徹底した指導を行っています。不慮の事故を防ぐためにも狩猟者に分かりやすい服装で山に入るなど、十分に注意してください。

●冬期における野生獣への「餌付け」に注意しましょう
野生獣を農地に引き寄せないためには、その原因となるエサ場を作らないことが重要となります。

特に、山にエサが少なくなる冬期は、その対策が行われていないと、野生獣は集落付近の水田に出没し、落穂や雑草などの「エサ」を食べるようになります。これが無意識のうちに「餌付け」となり、冬場が過ぎて、その場には「エサ」があると認識し、一年を通して被害をもたらす原因となります。

こうした無意識の「餌付け」を防ぐため、水田の秋耕起や冬期における雑草管理等に努めていただき、集落付近に近づけないよう心がけましょう。

問合せ先
産業経済部 鳥獣害対策室
☎65-0734
☎63-4592

NEWS'S