

広報あさひ

Asahi

2020
12/15
No.372

このまちが
もっと好きになる

ゴールまで あと少し!



パラスポーツ運動会

海上中3年生が日本財団パラリンピックサポートセンターの協力で、パラスポーツ運動会を実施。車いすバスケットボールをポートボール形式にアレンジした競技では、生徒が競技用の車いすに乗り、操縦に苦戦しながらも味方のゴールマンにボールを回して得点を競いました。(11月26日/海上中)

トピックス

- 令和3年4月1日(木)から
ごみ袋と分別方法が変わります…………… 2
- 広報あさひで振り返る2020年…………… 3
- 年末・年始の市役所などの
休業についてお知らせします…………… 4

ごみ袋と分別方法が変わります

令和3年4月1日から旭市、銚子市、匝瑳市のごみの処理が、銚子市内にできる新たな施設で行われます。
 ごみの出し方や、指定ごみ袋の種類などが変わります。
 粗大ごみなどは、中継施設(現在の旭市クリーンセンター)に直接搬入することになるので注意しましょう。

す。

新しいごみの分け方

普通ごみ専用袋

次の種類のごみを一つの袋に混ぜて入れることができます。

普通ごみ専用袋に入れられるもの

○可燃ごみ、金属を除いた不燃ごみ、プラスチック製容器包装類

資源ごみ専用袋

袋は1種類ですが、資源ごみを混ぜて一つの袋に入れることはできません。種類別に分けてそれぞれの収集日に、ごみステーションに出しましょう。

資源ごみ専用袋に入れられるもの

○カン、ビン、ペットボトル、金属

衣類や紙類は

衣類や紙類の出し方は今までと変わりません。衣類は透明か半透明の袋に入れて出してください。

指定ごみ袋に入らないものは

さい。紙類はひもで縛って出しましょう。ぬれるとリサイクルできなくなるので、雨の日は出さないでください。

4月から自転車や椅子などの指定ごみ袋に入らない粗大ごみは、ごみステーションに出すことができなくなります。現在の旭市クリーンセンターが中継施設になるので、直接搬入してください。ごみを入れた段ボール箱や市販の袋に指定ごみ袋を貼り付けて、ごみステーションに出すことはできなくなるので注意しましょう。

新しいごみ袋は2種類

現在使用している可燃ごみ、不燃ごみ、カン、ビン、ペットボトル、プラスチック製容器包装類の指定袋はなくなり、普通ごみ専用と資源ごみ専用の2種類の袋に変わります。

普通ごみ専用／●大袋45リットル(10枚入り)・・・450円 ●小袋20リットル(10枚入り)・・・200円

資源ごみ専用／●大袋40リットル(10枚入り)・・・200円 ●小袋20リットル(10枚入り)・・・100円

※現在の指定ごみ袋は、令和3年9月30日(木)まで使用できます

ごみの分け方

普通ごみ専用袋



【普通ごみ専用袋に入れられるもの】
 次の種類のごみを混ぜて入れられます。
 ○可燃ごみ
 ○不燃ごみ(金属を除く)
 ○プラスチック製容器包装類

資源ごみ専用袋



【資源ごみ専用袋に入れられるもの】
 種類別に分けてそれぞれの収集日に出す。
 ○カンだけを入れる
 ○ビンだけを入れる
 ○ペットボトルだけを入れる
 ○金属だけを入れる

問い合わせ先

環境課環境政策班

☎ 62・5328

旭市クリーンセンター

☎ 62・0955



広報あさひで振り返る

2020年

2020年も残すところ半月となりました。今年には新型コロナウイルス感染症が猛威を振るうなど、皆さんにとっても大変な年だったのではないのでしょうか。ここでは広報あさひで紹介した出来事を中心に一年を振り返ります。

潮風の中を疾走するランナー(2月)

1月	▶消防出初式…新春恒例、分列行進や一斉放水を披露(11日) ▶成人式…令和初の新成人544人が笑顔の門出(12日) ▶ザンビア共和国と覚書を締結…オリンピック事前キャンプの受け入れへ(15日) ④
2月	▶第31回旭市飯岡しおさいマラソン大会…市内外から参加した2,984人のランナーが駆け抜ける(2日) ⑤
3月	▶市内の学校が臨時休校…新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため(小中学校:3日~、高校:4日~) ▶東日本大震災発生から9年…旭農業高等学校の生徒が作文の朗読による追悼(11日) ⑥
4月	▶デマンド交通「きらりんタクシー」開始…あなたのお出かけをアシスト(1日) ▶ひかた市民センターがオープン…公民館機能や図書コーナーなどがある複合施設(1日) ▶千葉県に新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言が発令…市長から緊急メッセージ(7日)
5月	▶旭市元気回復特別給付金、旭市就学前児童臨時給付金の受付開始…国の特別定額給付金の申請と兼ねて受け付け(19日)
6月	▶新型コロナウイルス感染症の影響で臨時休校していた市内の学校が、段階的に再開…久しぶりに同級生と再会(1日) ▶田中復興大臣が視察…東日本大震災の被害と復興の状況を現地で確認(9日)
7月	▶生涯活躍のまち・あさひ形成事業の基本協定を締結…市と事業予定者の役割分担などが明確に(22日)
8月	▶コカ・コーラボトラーズジャパンと協定を締結…オリンピックの機運醸成やスポーツ振興などを目的に(18日)
9月	▶飯島瑠菜さん(二中)が第3回Girls Championshipに出場…野球のリトルシニア女子チームが日本一を目指す大会(21・22日)
10月	▶大原幽学記念館企画展「美を継ぐ者 帝室技芸員 瀧川惣助」…世界的に活躍した工芸家の作品を展示(6日) ▶小出姫花さん(二中)、長谷川愛良さん(干潟中)が全国中学生陸上競技大会2020に出場…夢の舞台へ(16日) ▶道の駅季楽里あさひが開業5周年…これからも愛される道の駅を目指して(17日) ⑦
11月	▶旭市青少年意見発表大会…13人の青少年がさまざまなテーマで熱弁(21日) ▶第16回旭市社会福祉大会…お笑い芸人「コント山口君と竹田君」の講演に会場が沸く(21日)
12月	▶スターライト☆ファンタジー2020…冬の風物詩がまちを彩る(1日) ▶飯岡灯台恋するライトアップ2020…飯岡灯台周辺が幻想的にライトアップ(15日)



覚書を交わすンディヨイ・ムリワナ・ムティテイ 特命全権大使と市長(1月)



復興活動を振り返り、力強く話す篠塚さん(左から2番目)(3月)



開業5周年を迎えた季楽里あさひ(10月)

年末・年始の市役所などの休業についてお知らせします

○印…通常どおり △印…一部業務のみ取り扱い ×印…休み

施設名	連絡先	25日 (金)	26日 (土)	27日 (日)	28日 (月)	29日 (火)	30日 (水)	31日 (木)	1日 (金)	2日 (土)	3日 (日)	4日 (月)	5日 (火)
市役所本庁	☎62-1212(代表)	○	△※1	△※1	○	△※1	△※1	△※1	△※1	△※1	△※1	○	○
海上支所	☎55-3111	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○	○
飯岡支所	☎57-3111												
干潟支所	☎68-2111												
旭中央病院	☎63-8111 (代表)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	救急	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	外来	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○	○
旭中央病院附属 飯岡診療所	☎57-2307	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
滝郷診療所	☎55-3017	○	×	×	○※2	×	×	×	×	×	×	○	○
旭市保健センター	☎63-8766	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○	○
飯岡保健センター	☎57-3113	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○	○
海上健康増進センター	☎55-5553	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
いいおかけんこう センター	☎57-5525	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
あさひ健康福祉センター	☎62-0686	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
飯岡福祉センター	☎57-5577 (社会福祉協議会本所)	○	○	△※3	△※4	×	×	×	×	×	×	△※4	○
長熊釣堀センター	☎68-4602	○	○	○	○	○	×	×	×	○	○	○	○
旭市防災資料館	☎57-6712	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
青年の家	☎63-1525	○	○	○※5	×	×	×	×	×	×	×	×	○
市民会館・市図書館	☎62-6581	○	○	○※5	×	×	×	×	×	×	×	×	○
第二市民会館	☎63-8755	○	○	○※5	×	×	×	×	×	×	×	×	○
海上公民館	☎55-2566	○	○	○※5	×	×	×	×	×	×	×	×	○
いいおか ユートピアセンター	☎57-6060	○	○	○※5	×	×	×	×	×	×	×	×	○
干潟公民館	☎68-3111	○	○	○※5	×	×	×	×	×	×	×	×	○
海上ふれあい館	☎55-2566 (海上公民館)	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
海上キャンプ場	☎55-5250	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
大原幽学記念館	☎68-4933	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
総合体育館	☎64-1101	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
スポーツの森公園 野球場・庭球場	☎64-1101 (総合体育館)	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
市卓球場		○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
文化の杜公園庭球場		○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
海上コミュニティ野球場・ 海上野球場		○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
飯岡体育館・野球場・庭 球場・いいおかふれあい スポーツ公園		○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
さくら台野球場・庭球場	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
あさひパークゴルフ場	☎62-8989	○	○	○	×	○	○	×	×	○	○	○	○
【ごみの収集】 旭市クリーンセンター	☎62-0955	○※6	○※6	×	○※6	○※6	×	×	×	×	×	○※6	○※6
【火葬】 みたま苑 旭	☎64-0409	○	○	×	○	○	○	×	×	○	○	○	○
【し尿の処理】 東総衛生組合	☎62-0794	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○	○
旭市消費生活センター	☎62-8019	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○	○
コミュニティバス	☎0479-22-8486 (千葉交通株式会社銚子営業所)	○	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○
デマンド交通 きらりんタクシー	☎62-5379 (予約センター)	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○	○

- ※1 出生・死亡・婚姻・離婚などの戸籍届け出を日直で取り扱います。
- ※2 午後休診。
- ※3 浴室・ふれあい広間は開館、デイサービスと事務所は休館。
- ※4 デイサービスと事務所は開館、浴室・ふれあい広間は休館。
- ※5 閉館は午後5時。
- ※6 直接ごみを持ち込む場合は、午前8時30分～午後4時まで(正午から午後1時は搬入できません)。

子どもと本をつなぐ 読書活動の推進

読書は、子どもが人生をより深く豊かに生きるために不可欠なものです。読書習慣を身に付けるためには、子どもが本の楽しさや魅力を感じることができる機会の充実が必要です。本に触れるきっかけがあり、手を伸ばすと好きな本や調べたい本がある。「子どもと本をつなぐ」取り組みや読書環境が本好きの子どもを育てます。

出典：千葉県子どもの読書活動推進計画(第四次)

市内小中学校の読書活動

市では現在4人の学校図書館司書が、各小中学校を週1回訪問し、子どもたちが自主的に読書に親しむことができる環境づくりを進めています。

この活動に加えて各小中学校では、朝の読書をしたり読書に励む児童に賞を贈ったりするなど、さまざまな工夫をすることで読書を奨励しています。

飯岡小が読書活動で文部科学大臣表彰を受賞

文部科学省では、子どもの読書活動についての関心と理解を深めるとともに、子どもが積極的に読書する意欲を高めるため、特色ある優れた取り組みを行っている学校、図書館、個人、団体に対し大臣表彰を行っています。

この表彰を令和2年度の子どもの読書活動優秀実践校として、飯岡小が受賞しました。

◇活動内容

教職員と学校図書館司書が連携し、学校の図書室を活用した授業の実践や、朝の読書、読み聞かせなどの活動を進めてきました。このことで、児童の読書の幅が広がるとともに、図鑑や調べ学習用の図書の読み方を知り、意欲的に学習を進める児童が増えました。

◇活動の体制

学校図書館司書が図書主任と情報交換をしながら、蔵書点検や新刊図書の購入などを行います。市図書館との連携や配送サービスを活用することで、読書活動を充実させています。地域ボランティアや保護者による読み聞かせ活動にも力を入れ、地域を挙げて読書の推進に取り組んでいます。

◇活動の成果

読書に関する授業の導入段階から、学校図書館司書が積極的に関わることで、より効果的で質の高い読書が行われるようになりました。進んで本に親しむ児童が増え、児童と本のつながりが深まりました。



学校の図書室で授業を受ける児童

あさひ輝いた人々 第28回

でんぷん製造を 一大産業に

さいとう かん
齊藤 寛 (1899～1976年)



でんぷん製造業の発展に大きな貢献をし、この地域の一大産業に成長させた立役者が齊藤寛です。

寛が生まれた明治32(1899)年ごろ、農家の収入源は主食の米以外ではサツマイモが中心でした。寛はサツマイモを加工して作るでんぷんにいち早く注目し、大正10(1921)年、21歳のときに江ヶ崎地区ででんぷん製造業を始めました。このころ戦争の影響による混乱の中、食糧事情は悪化する一方で、特に糖類の供給が非常に不足していました。この事態をなんとかしなくてはと、寛はサツマイモの安定的な生産を目指して、日夜研究に励みました。

昭和14(1939)年、千葉県東部澱粉工業協同組合初代

会長となり、昭和22(1947)年には、でんぷん製造に加えて水飴製造にも着手し、株式会社を立ち上げました。また、生産効率を上げるために機械の改良も積極的に行い、手動による方式から動力自動回転にすることに成功しました。性能、耐久性ともに優れたこの機械は、全国に普及したといえます。昭和28(1953)年に全国澱粉協会理事、昭和33(1958)年に東日本水飴組合会長、昭和34(1959)年には全国澱粉糖協同組合副会長に就任しました。

こうした功績から、推されて昭和37(1962)年に62歳で旭市長に就任し、昭和45(1970)年までの2期を務め、市役所庁舎、旭駅舎、市民会館、保育所、小学校の校舎など、近代化に伴う新しい時代の公共施設を多く完成させました。多くの功績が称えられ、昭和45年に勲五等旭日章を受章しました。農業、産業で発揮した手腕を、晩年は地域と行政に捧げました。



市制施行10周年記念式典の様子

つばき杯ビギナズテニス大会 [T SUBAKI CUP]

日時／令和3年1月31日(日) 午前8時～午後5時 ※小雨決行、荒天中止
場所／東総運動場

対象／●一般：県内在住・在勤の硬式テニス初心者・初級者 ※地域の大会などでベスト8に満たないこと。

●学生：県内の学校に在学する人(現役硬式テニス部員は高校1年生のみ)
※地区大会などにおいて3回戦以下敗退であること。

種目／男子ダブルス、女子ダブルス

費用／1組3,100円(保険料含む)

受付開始日時／令和3年1月9日(土) 午後1時～

申し込み方法／東総運動場のホームページ(<https://www.cue-net.or.jp/kouen/toso/index.html>)からダウンロードできる申込用紙に必要事項を記入し、ファクスまたはメールで申し込んでください。 ※9日は午前9時から窓口での先行受け付けを実施。

〒268-1061・FAX68-1063・tousou@cue-net.or.jp

年末年始は特に注意を

寒冷な場面での 新型コロナウイルス感染症予防

年末年始は飯岡灯台での初日の出や初詣など、市内でも人の移動や混雑が予想されます。出掛ける場合は、基本的な感染防止対策を実施し、混雑を避けるようにしましょう。

寒冷な場所では新型コロナウイルスの感染力が高まるため、室内では換気や加湿を行い感染防止に取り組みましょう。

感染防止の三つのポイント

基本的な感染防止策の実施

- マスクを着ける
- 人との距離を1m以上確保する
- 会食をするときは、少人数・短時間にし、席の配置を斜め向かいにするなど工夫する
- 3密を避け、大声を出さない

寒い環境でも換気を実施

- 機械換気で室内を常時換気する
- 機械換気設備がない場合は、室温18℃以上を目安に、窓を少し開けるなどする
- 飲食店などで可能な場合は二酸化

炭素センサーを設置し、二酸化炭素濃度が1,000ppm以下になるようにする

適度な加湿と清掃を実施

- 加湿器の使用や洗濯物の室内干しをして、湿度40%以上を保つ
 - 小まめな拭き掃除をする
- 岡健康管理課予防班 (☎63-8766)

相談窓口の電話番号が変更

- 千葉県発熱相談コールセンター
(毎日24時間対応)
☎03-6747-8414

消費生活センター

ほっと通信 117

排水管の点検や洗浄の勧誘に注意しましょう

事業者の突然の訪問やチラシをきっかけとしたトラブルが増加しているため、国民生活センターが注意を呼び掛けています。

【相談事例1】

自宅に突然事業者が訪問し「近くのマンションで排水管が詰まって大変なことになった。近所で掃除が必要なお宅があるのではないかと思いを掛けている」と言われ、点検を依頼したところ「詰まっている。早く高圧洗浄をした方がいい」と説明された。よく考えずに契約をしてしまったが、契約書面はなく、名刺だけしか受け取っていないため、信用できる事業者なのか不安になった。

【相談事例2】

「通常3～5万円の高圧洗浄が3千円でできる」と記載されたチラシが投函されていたので依頼したが、実際に呼んだところ「詰まりに対応する作業が必要であり、1m当たり6千円で、8mの作業となる。また、木の根の除去作業も必要で、別途2千円かかる」と言われた。3千円だと思い依頼したのに、合計5万円は高額だと感じた。

アドバイス

○事業者から排水管などの無料点検を勧められて、点検だけのつもりで応じたとしても、点検後に排水管など



の洗浄の契約を勧誘される可能性があります。無料で点検するなど勧誘してくる事業者に、安易に応じないようにしましょう。

- 費用に関する詳細な説明などは小さな文字で記載されていたり、目立たない部分に記載されていたりすることもあるので、チラシに表示されている料金の条件や内容は慎重に確認しましょう。
 - 事業者から排水管などの状況を伝えられても、うのみにせず、自分でも確認をしたり事業者に十分な説明を求めたりすることが重要です。その上で、洗浄が不要であれば、契約を勧誘されてもきっぱり断りましょう。
 - 不安や疑問を感じたり、消費者トラブルに遭ったりした場合は、消費生活センターに相談してください。
- 岡旭市消費生活センター(☎63-7272)・相談直通電話(☎62-8019)

くらしのインフォメーション

募集・催し物・お知らせなど、暮らしに役立つ情報を届けます。

☎…申し込み 問…問い合わせ

募集

Recruitment

海上キャンプ場 手作り新年の準備を

ミニ門松作り教室

日時／12月26日(土) 午前9時30分～正午

場所／海上キャンプ場

定員／15人

費用／2,500円(材料費含む)

持ち物／軍手、花ばさみ

鏡餅手作り教室

日時／12月27日(日) 午前9時30分～午後1時30分

場所／海上キャンプ場

定員／20人

費用／1,500円(材料費含む)

持ち物／持ち帰り用の袋

☎問海上キャンプ場(☎55-5250)

航空科学博物館

1月の行事

折紙飛行機教室

期日／令和3年1月2日(土)

時間／●1回目：午前11時～ ●2

回目：午後1時～ ●3回目：午後2

時～ ●4回目：午後3時～

場所／航空科学博物館体験館

定員／各回30人

費用／入館料(4歳から小学生200円、中学生・高校生300円、大人700円)

申し込み方法／開催当日に航空科学博物館体験館ホールで直接申し込んでください。

航空無線通信士受験直前対策セミナー

無線や航空の専門家が予想問題の紹介と解説を行います。

日時／令和3年1月16日(土)、17日(日)

場所／航空科学博物館多目的ホール

講義科目／●1日目：無線工学 ●2

日目：電気通信術、英語、電波法規

※講義科目の選択ができます。

定員／30人

費用／7,000円

申し込み方法／電話で事前に申し込んでください。

☎問航空科学博物館(☎78-0557)

潮風を感じながらプレー

「旭市長杯争奪パークゴルフ大会」

日時／令和3年3月3日(水) 午前8時30分受け付け開始

場所／あさひパークゴルフ場

対象／市内在住の人

定員／30人程度 ※旭市パークゴルフ協会員は別途協会に申し込み。

費用／500円 ※申し込み後の返金はできません。

申込期限／令和3年1月15日(金)

申し込み方法／総合体育館にある申込書に必要事項を記入し、費用を添えて総合体育館で申し込んでください。

※新型コロナウイルス感染症の影響などで中止になる場合があります。

☎問体育振興課体育振興班(☎64-1132・総合体育館内)



昨年開催の市長杯

お知らせ

Information

紹介します

新たに委嘱された民生委員

12月1日付で新たに民生委員が厚生労働大臣から委嘱されました。民生委員は地域住民の立場から、皆さんの暮らしを支援します。心配事などがある場合は相談しましょう。

飯岡地域(目那)／小林貴久江 ※敬称略
☎問社会福祉課社会班(☎62-5317)

妊産婦が負担する医療費を全額支給

「国民健康保険妊産婦付加金」

対象／市の国民健康保険に加入している妊産婦

期間／妊娠届け出月から出産の翌月

申請方法／対象者の世帯主宛てに届く申請書に必要事項を記入し、保険年金課に提出してください。

☎問保険年金課国民健康保険班(☎62-5331)

働くことに悩みを抱えている若者へ 無料相談会

日時／12月25日(金) 午前10時～午後4時 ※要事前予約

場所／第二市民会館

対象／15歳以上50歳未満の自立に悩む無職の人、またはその保護者

☎問ちば北総地域若者サポートステーション(☎0476-24-7880) ※12月29日(火)～令和3年1月4日(月)、土・日曜日を除く。

償却資産の申告は

令和3年2月1日(月)までに

企業や個人で工場、商店、農業、サービス業など事業を営んでいる人が、事業のために保有している構築物、機械、備品、車両(自動車税・軽自動車税の対象となるものは除く)や太陽光発電設備など減価償却できる資産には、土地や家屋と同様に固定資産税がかかります。前年に申告のあった人には申告書が届きますが、新たに事業を始めた人や12月中に申告書が届いていない人は問い合わせてください。

電子申告で手軽に申告

地方税電子申告システム(eLTAX)を利用すると、自宅や会社のパソコンからでも、インターネットで償却資産申告書の提出ができます。くわしい内容は、地方税ポータルシステムのホームページで確認できます。

被災した人は

東日本大震災で滅失・損壊した償却資産に代わるものを取得・改良した場合は、減免の対象になります。被害を受けたこと分かる書類などを、申告書に添えて提出してください。

対象／令和3年1月1日現在、市内に事業用の償却資産がある会社や個人
提出場所／税務課、各支所住民室
☎問税務課資産税班(☎62-5323)

市税の休日納税窓口

日時／12月27日(日) 午前8時30分～正午

場所／税務課

☎問税務課収税班(☎62-5322)

みんなが主役!

な か ま サークル仲間 vol.52

サークルデータ

活動場所/ひかた市民センター
活動日/毎月第2木曜日
午前9時~11時

心を合わせて奏でる音色「養和琴の会」

養和琴の会は大正琴の演奏を楽しむ団体です。先生を含め14人で活動しています。大正琴の演奏活動を通して、人と人とのつながりを大切にしようと、和を養うという意味で養和琴の会と名付けました。休憩時間にはメンバーと世間話などもして、楽しい雰囲気の中で活動しています。

大正琴には同じ曲でも弾き方が違うアルト、テナー、ベース、ソプラノの4種類があります。音色も違うため種類を分けてみんなで演奏すると曲に厚みが出ます。

演奏は譜面に書かれた番号に合わせて、大正琴の鍵盤の番号を左手の指で押さえ、右手で弦を弾いて音を出します。一度に鍵盤を三つ押さえることもあり、難しいところもありますが、みんなで気持ちを合わせて演奏するのは楽しい



です。

今年には機会がありませんでしたが、敬老大会や文化祭などで日ごろの練習の成果を発表しています。東総文化会館などの大きな舞台上で演奏することもあるため、発表前は緊張しますが、無事に演奏を終えたときのほっとした気持ちは、何とも言えない充実感があります。

男性メンバーも募集しています。興味のある人や大正琴を習ってみたい人は気軽に声を掛けてください。



手の動きに集中して演奏



おいしく食べよう
旭産 簡単・ヘルシーレシピ

VOL.131 かぼちゃプリン

1人分の栄養価 エネルギー290kcal、塩分0.1g

カボチャにはビタミンB・C・Eなどのビタミン類や、β-カロテンなどのミネラル類がバランスよく含まれています。強い抗酸化作用を持ち、疲労回復効果や虚弱体質の改善、免疫力を強化する働きがあります。

作り方

- 鍋にBのグラニュー糖と水を入れ、鍋をゆすりながら弱火で加熱し、茶色っぽくなったら火を止め、お湯を入れて混ぜ合わせる。
- プリン型に①のカaramelソースを等分に注いで冷ます。
- カボチャは種を取り、小さめに切ってラップをかけ、レンジ500Wで5~6分加熱する。柔らかくなったら皮を取り除く。
- ③のカボチャとAをミキサーに入れてかける。
- ④をざるでこして、②のプリン型に流し入れる。
- 天板にプリン型を並べ、お湯を型の1/3位まで注ぎ入れる。
- 160~170度で余熱しておいたオーブンで30~40分加熱し、粗熱をとってから冷蔵庫で冷やして器にあげる。

岡旭市保健推進員協議会 ☎63-8766・健康管理課 予防班内)



材料 (4人分)

- カボチャ…………… 330g
- 牛乳…………… 100cc
- 生クリーム…………… 100cc
- A** 卵…………… 2個
- グラニュー糖…………… 40g
- バニラエッセンス…………… 適量
- お湯…………… 適量
- B** グラニュー糖…………… 50g
- 水…………… 大さじ1と1/2
- お湯…………… 大さじ1と1/2

データシート

火災		交通事故		人のうごき		[12月1日現在]	
[11月]	令和2年の累計	[11月]	令和2年の累計	[11月の移動]		人口	前月比
建物火災	2件 (16件)	事故件数	133件 (1,542件)	転入	105人	64,960人	(▲74人)
その他の火災	1件 (6件)	死亡者数	0人 (4人)	出生	30人	男 31,967人	(▲32人)
				転出	128人	女 32,723人	(▲42人)
				死亡	81人	世帯数 26,510世帯	(▲5世帯)