

# 8月の健康カレンダー



予約・問い合わせは  
健康増進課(保健センター内)・☎(47)8000へ。

## 休日の当番医(医科)

とき	当直医(所在地)	電話
5日回	おおぶ眼科クリニック(月見町5-215)	☎(43)0022
11日回	柊ヒルズ内科クリニック(柊山町7-50)	☎(44)8188
12日回	産院いしがせの森(森岡町1-193)	☎(44)4131
19日回	つかむら医院(東新町2-258)	☎(48)0088
26日回	今井眼科医院(中央町3-67)	☎(47)7364

- 診療時間  
9:00~12:00
- ※当日の問い合わせは各医療機関へ。
- ※診療時間外に急病人が出た場合は、県救急医療情報センター(☎(33)1133)へ。

## 休日の当番医(歯科)

とき	当直医(所在地)	電話
12日回	明成歯科医院(明成町2-8)	☎(45)1188

- 診療時間  
10:00~12:00

## みんなでウォーキング

とき	集合場所	コース・距離
1日回	保健センター	健康の道駅西コース・4.0 <sup>km</sup>
20日回	保健センター	健康の道駅西コース・4.0 <sup>km</sup>
25日回	吉田公民館	吉田周遊コース・4.8 <sup>km</sup>

- 受付時間  
9:00~9:20
- ※予約不要
- ※ウォーキングカードができました! たくさん参加してスタンプを集めましょう。

## みんなで体操

とき	場所	内容
6日回	ミュ-いしがせ	気軽にできるストレッチや体操をします。

- 時間  
10:00~11:00
- ※予約不要

## コグニバイク使い方講習会

とき	時間	内容
21日回	9:00、10:00、11:00、13:00、14:00、15:00	利用方法の説明・利用者登録

- 場所 保健センター
- ※予約制。7月17日回~

## 相談

相談名	とき	受付時間	内容
ことばの相談(予約制)			8月の相談はお休みします。
こども相談(予約不要)	29日回	9:00~10:00	子どもの健康・栄養・歯科に関すること

- 場所 保健センター
- ※こども相談の番号札は8:45から配布。

このマークの付いた事業は、おおぶ一生涯ポイント対象事業です。



### 喫煙者のマナー

たばこの煙は、喫煙者本人だけでなく周りの人への影響が大きいことから、たばこを吸う人は周りの人に迷惑を掛けないよう次のルールを守ってね。

- その1「たばこを吸うときは喫煙スペースで」
- その2「非喫煙者の前ではたばこを吸わない」
- その3「歩きたばこは絶対にしない」
- その4「携帯灰皿を持ち歩き、ポイ捨ては絶対にしない」

たばこを吸わない人に十分配慮してね。マナーを守って気持ちのいいまちにしよう!

## 8

## 月の相談



各種相談とも無料で秘密厳守です。  
相談には、参考となる書類などをお持ちください。

相談種目/相談員	日時	会場/問い合わせ
法律相談/弁護士(予約制)	3日・10日・17日・24日の金 13:30~16:30	市役所3階相談室
人権相談/人権擁護委員	2日(木)・23日(木) 13:30~16:30	／青少年女性課 ☎(45)6219
行政相談/行政相談委員	16日(木) 13:30~16:30	※相談時間は、1人30分まで
登記相談/司法書士	1日(木) 13:30~16:30	※事前予約が不要な人権相談・行政相談・
不動産相談(不動産の取引に関する相談)	8月の相談はお休みします。	登記相談・不動産相談・よろず相談の
よろず相談/よろず相談員	2日・9日・16日・23日の(木) 13:30~16:30	受付は、13:00~16:00(先着6人)
障がい者の悩みごと相談/障がい者相談員	7日(木) 10:00~12:00(11:30まで受付)	スピカ/高齢障がい支援課 ☎(45)6289
障がい者の生活・福祉、障がい児の発達・療育などの相談/社会福祉士ほか	平日 8:30~17:15	スピカ ／障がい者相談支援センター ☎(48)3011
高齢者の生活・医療・介護・認知症などの相談/社会福祉士・看護師ほか	平日 8:30~17:15 J R西側地域…スピカ J R東側地域…社会福祉協議会	スピカ/高齢者相談支援センター ☎(45)5455 社会福祉協議会/高齢者相談支援センター東分室 ☎(48)1051
高齢者・障がい者の虐待に関する相談	平日 8:30~17:15	スピカ/高齢者・障がい者虐待防止センター ☎(45)5447
介護サービス利用に関する法律相談/弁護士(予約制)	2日(木) (予約受付は7月20日(金)まで)	東海市しあわせ村保健福祉センター/ 知多北部広域連合総務課 ☎052(689)1651
知多地域成年後見センター巡回相談(予約制)	2日(木) 13:30~16:30	スピカ/知多後見事務所 ☎(39)2663
年金相談/日本年金機構職員(予約制)	14日(木) 9:45~12:00 / 13:00~15:15	市役所2階204会議室/保険医療課 ☎(45)6330
消費生活相談(電話相談可) ／消費生活相談員	月~(木) 9:30~12:30 ／13:30~15:30(15:00まで受付) 平日 9:00~16:30 (国(休)は16:00まで)	N T T西日本大府ビル1階 ／消費生活センター ☎(45)4538 県消費生活総合センター ☎052(962)0999
子育てについての相談/地域子育て支援士	平日 8:30~17:00	子どもステーション ☎(46)2100
乳幼児の生活面・発達に関する相談	平日 9:00~16:00	子どもステーション ☎(47)2200
児童の生活面に関する相談(電話相談可)	平日(各センター週2回) 10:00~12:00	各児童(老人福祉)センター
児童の生活習慣・虐待に関する相談(電話相談可)	平日 8:30~17:00	子育て支援課 ☎(46)2143
女性の悩み 事相談	電話相談/女性問題相談員 毎日(休館日を除く) 9:00~16:30 専門相談員(予約制) 20日(木) 10:00~16:20	ミュ-いしがせ ☎(44)9117
教育相談/スクールカウンセラー(予約制)	平日 9:00~16:00	スピカ/レインボーハウス ☎(44)9400
小・中学生のいじめ・悩み事電話相談	平日 9:00~16:00	悩み事フリーダイヤル ☎0120(783)171
外国人の ための相談	ポルトガル語	1日・8日・15日・22日・29日の(木) 13:00~17:00
	中国語	8日(木) 13:00~17:00
	ベトナム語	22日(木) 13:00~17:00
	英語	平日 13:00~17:00
新規創業相談	平日 9:00~12:00 / 13:00~17:00	商工会議所 ☎(47)5000
事業用資金金融相談(予約制)	20日(木) 10:00~12:00	
職業・生活相談	平日 9:00~17:00	N T T西日本大府ビル1階
若者職業自立支援相談	3日(金) 13:30~15:30	／ワークプラザおおぶ ☎(48)6160
ひきこもりやニート、不登校などの悩みに関する相談/臨床心理士など(予約制)	3日(金)・14日(木)・17日(金)・28日(木) 13:30~16:20	スピカ/社会福祉協議会 ☎(48)1805 ※相談時間は、1人50分まで



## 図書館だより



### イチオシ! 「ふたごのもうふ」

ヘウォン・ユン/作 せなあいこ/訳 トランスビュー



そっくりな双子の姉妹は、なんでもわけあって。大きくなってもう5歳。この毛布、ふたりには小さすぎない? 一枚の毛布をめぐる、かわいい双子の物語です。韓国生まれの著者によるカラフルな挿絵がきれいです。

### 5月予約ランキング(一般書)

- 「魔力の胎動」 東野圭吾 KADOKAWA
- 「かがみの孤城」 辻村深月 ポプラ社
- 「あやかし草子」 宮部みゆき KADOKAWA
- 「ヘイ・ジュード」 小路幸也 集英社
- 「大家さんと僕」 矢部太郎 新潮社

### アローブ図書館

☎(48)1808

開館時間:

9:00 ~ 20:00

library@allobu.jp

http://library.allobu.jp/

8月の休館日

20日(月)

### おすすめ本棚

身の毛もよだつ怖~い話

暑い夏でも背筋が凍るような本を集めました。

本を読んで涼しくなりましょう!



7月18日(木)~9月17日(日) 棚番号67番



ふるさと特集

中部地方の旅行ガイドやラーメンマップ、その他歴史や民話など、ふるさともっと好きになるような電子書籍の特集をしています。

ご利用は、アローブ図書館ホームページのタイトル下にある「電子図書館」タブからご利用ください。



## ウェルネスバレー通信8月号



ウェルネスバレーとは、あいち健康の森とその周辺地区を指す総称です。

### 大府苑夏祭り

1日(木) 19:00~20:30

大府ばやし・小唄保存会、地域婦人団体連絡協議会の協力による盆踊りや模擬店を楽しむことができます(予約不要)。

所・問 愛厚ホーム大府苑 ☎(48)3121

### カフェくちなし

19日(日) 10:00~12:00

カフェタイムを楽しんだあと、子ども手品クラブ「マジックフレンズ」によるショーを行います(参加費200円・予約不要)。

所・問 認知症介護研究・研修センター

☎(44)5551

### スパイス姫とスパイス王子のカレーなる冒険&座学「食中毒について」

5日(土) 10:00~11:30

スパイスのブレンド体験と、食中毒の種類と予防についてのお話を聞きます(参加費300円・要予約)。

所・問 あいち健康の森薬草園 ☎(43)0021

### 健康科学教室「水の科学実験」

~マーブリングうちわづくり~

25日(日) 10:30~12:00

水をテーマにした実験を行います(対象:小・中学生・要入場料・要予約)。

所・問 あいち健康プラザ ☎(82)0211

### 健康公開講座

#### 「こんな時は受診のタイミング」

18日(土) 10:30~12:00

名古屋大学大学院の岡崎研太郎さんから、受診すべきなのはどんな時か、どこに受診すればよいのかをお伝えします(要予約)。

所・問 あいち健康プラザ ☎(82)0211

### 木工教室

26日(日) 10:00~15:00

建築端材を使って大工さんと一緒にベンチなどを作ります。木製品の販売も行います(材料費有料・予約不要)。

所・問 ウッド・ビレッジ ☎(45)6224

### ウェルネスバレー

推進課

☎(45)6255

http://city.obu.aichi.jp/wv/



# セレクトナ通信 8月号



## 予約方法

7/16日 9:00～

開催日 7日前まで

- ▶電話または直接、ニツ池セレクトナへ。
- ▶料金記載のないものは無料です。小学生以下の方は保護者の方と参加してください。

## ニツ池セレクトナ

☎(44)4531

開館時間：

9:00～17:00

info@seletona.com

http://www.seletona.com

## 8月の休館日

6日・13日・20日・27日の日

## 森のようちえん体験⑥⑦☎

⑥5日回 ⑦22日回

10:00～11:30(雨天決行)

定員 2歳以上の就園前児とその保護者  
10組(先着順・予約制)

料金 200円(材料費)

その他 体験⑥5日回と⑦22日回の両方に申し込むことはできません。

## 夏のこわ～いお話会☎

19日回 14:00～15:00

背筋がゾクゾクとするようなお話を聞いてクールダウンしませんか？

定員 20人(小学生以上・先着順・予約制)

講師 森のなかま(大府ストーリーテリングの会)

## 絵手紙教室～扇子編～☎

26日回 9:30～11:30

初めての方でも大丈夫！ 植物や生き物を題材にして扇子に描いてみましょう。

定員 20人(先着順・予約制)

講師 中島征子さん(ことのは屋)

## パネル展

## みどりくんと学ぼう！

## 知多半島のため池

4日土～9月2日日 9:00～17:00

知多半島にある約100カ所の農業用ため池。そんなため池の構造や役割について分かりやすく紹介します(おおむね小学3年生以上を対象とした内容です)。



みどりくん

アンケートに答えると、景品がもらえるよ！  
みんなのため池のことをもっと知ろう！

## 環境News

吉田公民館の8月5日回の回収は、夏まつりの開催に伴い12日回に変更となりましたのでご注意ください。

## 8月 公共資源ステーション収集日程表

### ▶北山公民館 駐車場

13日・27日回 午前9時～午後6時半

### ▶市民体育館 北側駐車場

14日・28日回 午前9時～午後6時半

### ▶愛三文化会館(勤労文化会館) 駐車場

1日・15日回 午前9時～午後6時半

### ▶保健センター 駐車場

8日・22日回 午前9時～午後6時半

### ▶市役所 第2駐車場前

毎週木曜日 午前9時～午後9時

### ▶吉田公民館 駐輪場

12日・19日回 午前9時～午後6時半

### ▶マックスバリュ大府店 南側駐車場

5日・19日回 午前9時～午後9時

### ▶アピタ大府店 南側駐車場

6日・20日回 午前9時～午後9時

## ～エアコンの効果的な使用方法～

エアコンは、室温が設定温度になるまでに多くのエネルギーを使います。そこで、風量の「自動」設定が有効です。動き始めは室内を一気に冷やし、十分に冷えたら風量が弱まるため効率的です。さらに扇風機を併用することで、その効果が上がります。扇風機は、室内の空気をかき混ぜるため室内を均等に冷やせるほか、空気の流れが起きるので、体感温度が低く感じられます。また、カーテンを閉めて日差しによる熱の進入をカットするのもおすすめです。

その他、フィルターをこまめに掃除したり、室外ユニットの周りに物を置かないようにしたりするのも効果的です。

ちょっとした工夫でエアコンの効果を上げ、夏場の設定温度は28℃を目安に、無理なく省エネで快適な生活を送りましょう。



環境課 ☎(45)6223

みんなで遊ぼう

子育てひろば

10:00 ~ 11:00 問 子どもステーション

あいち健康の森公園 陽だまりの丘	8月はありませ
五ツ屋公園	8月はありませ
向畑公園	8月はありませ
二ツ池公園	8月はありませ

保育園の園庭開放

問 各保育園

大府	25日(土)	9:30 ~ 11:00
柘山	4日(土)	9:30 ~ 11:00
共和東	8月はありませ	
追分	18日(土)	9:30 ~ 11:00
共長	18日(土)	10:00 ~ 11:00

保育園の施設開放

問 各保育園

大府	23日(日)	9:30 ~ 11:00
桃山	8日・22日(日)	10:00 ~ 11:00
柘山	7日(日)	9:30 ~ 11:00
横根	2日・16日(日)	10:00 ~ 11:00
北崎	10日・24日(日)	10:00 ~ 11:30
共和東	4日(土)	9:30 ~ 11:00
追分	7日(日)	9:30 ~ 11:00
荒池	7日・21日(日)	10:00 ~ 11:00
共長	2日・23日(日)	10:00 ~ 11:00
長草	10日(金)・30日(日)	10:00 ~ 11:00
吉田	2日・16日(日)	10:00 ~ 11:30
米田	2日(日)・15日(日)	10:00 ~ 11:00
若宮	7日・21日(日)	9:30 ~ 11:00

あんぱんまん(自由参加遊びサークル)

問 各児童(老人福祉)センター

10:00 ~ 12:00 12:30 ~ 17:00

月 石ヶ瀬・北山

火 大府・共長

水 全センター

木 神田・共和西

金 吉田・東山 神田っ子プラザ

土 神田っ子プラザ

もうすぐママ

プレママ交流会

問 子どもステーション

8月はありませ

おうちママサロン

問 保健センター

妊娠生活を送るコツ、赤ちゃんの特徴などを学びます。

日 23日(日)(保健センター) 9:30 ~ 11:30

対 就労していない妊婦

パパママクッキング

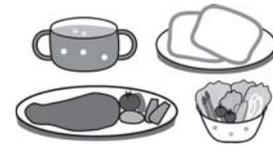
申・問 保健センター

バランスの良い食事について学び、調理実習をします。

日 25日(日)(保健センター) 9:30 ~ 12:30

対 妊娠5~8カ月の妊婦とそのパートナー

他 料金500円



赤ちゃんママ

0歳児を持つ親の交流会

10:00~11:30

問 子どもステーション

子どもステーション	4カ月児まで	お休み
	5~7カ月児	お休み
	8~10カ月児	お休み
	11カ月児から	お休み
東山児童老人福祉センター	7カ月児まで	お休み
	8カ月児から	お休み
神田児童老人福祉センター	7カ月児まで	お休み
	8カ月児から	お休み

さくらんぼの会(多胎児交流会) 問 子どもステーション

日 28日(日)(子どもステーション) 10:00 ~ 11:30

離乳食教室

申・問 保健センター

離乳食の進め方や試食、赤ちゃんの歯の話をしてします。

日 9日(日)(保健センター) 9:30 ~ 11:15

対 7~8カ月児とその保護者

他 料金 100円

児童(老人福祉)センター 9:00 ~ 18:00 ⑥第2・4回・祝  
 北山 ☎(48)2771 共長 ☎(48)4121 大府 ☎(46)1090 神田 ☎(48)8822  
 東山 ☎(44)8899 共和西 ☎(48)1200 吉田 ☎(46)5220 石ヶ瀬 ☎(44)4678  
 神田っ子プラザ ☎(46)0567  
 アロープ図書館 9:00 ~ 20:00 ⑥第3回(祝日の場合は翌平日) ☎(48)1808

子どもステーション 9:00 ~ 17:00 ⑥(土)・(日)・祝 ☎(44)4541 ☎(47)2438  
 おおぶっこ広場 10:00 ~ 15:00 ⑥(土)・(日)・祝 ☎(46)4152  
 保健センター 8:30 ~ 17:15 ⑥(土)・(日)・祝 ☎(47)8000  
 おおぶ妊産婦相談室 8:30 ~ 17:15 ⑥(土)・(日)・祝 ☎(57)0219



日:日時 対:対象 申:申し込み 問:問い合わせ 図:おおぶ一生活気ポイント対象事業

## 図書館のイベント

問 アローブ図書館

### 読み聞かせ

毎週 日・8日 11:00 ~

5日 11日 14:00 ~ (~低学年)

15日 18:00 ~ (~低学年)

毎週 日(11日を除く) 14:00 ~ (~高学年)

ストーリー・テリング 11日 10:30 ~ (5歳以上)

わらべうた 23日 11:00 ~

デジタル紙芝居 25日 11:00 ~

人形劇 1日 11:00 ~

## 保育園の親子半日体験入園

申・問 7月17日 先着順で各保育園へ。電話で仮申し込みをすることができます(平日10:00 ~ 17:00)。

共和東(15組) 24日 10:00 ~ 11:30



## 聞こう話そう子育てのこと

問 おおぶっこ広場

### 「保育園についての話と園内見学」

共和東保育園について園長による説明の後、園内を見学します。

日 28日(おおぶっこ広場) 11:00 ~ 12:00

対 どなたでも

### 暑い時期のお出かけにおすすめ!

暑い日が続くと、子どもと一緒に出かけするのをためらってしまいますね。でも、ずっと家の中で過ごしていると、親も子どももストレスがたまってきてしまいます。

そんなときにはぜひ、子どもステーションやおおぶっこ広場、地域の児童(老人福祉)センターなどの子育て支援施設へお越しください。

どの施設も涼しい室内で過ごしやすく、乳幼児用のおもちゃなどで遊ぶことができます。親子遊びや読み聞かせを行う施設もありますよ。

予約などは不要で、開館時間中はいつでも自由に遊ぶことができます。暑い時期を親子で楽しく乗り切りましょう!



## 来てみて! 子どもステーション



## 暑い夏はステーションで水遊び!

7~8月の間、子どもステーションでは、魚すくいや水鉄砲、シャワーなど、小さいお子さんが安心して楽しむことができる水遊びを用意しています。お子さんと一緒に、夏ならではの遊びを楽しみましょう。

開催日時は、7月18日・19日・24日・25日・26日・31日・8月1日・7日・8日・9日の午前10時~10時50分です。天候により中止することがあります。タオル・着替え・水筒・水着(オムツでも可)などを準備して遊びに来てください。

保育園、児童(老人福祉)センター、子どもステーションでは、子育てに関する相談を受け付けています。お気軽にお問い合わせください。

小児救急相談 19:00 ~ 翌朝 8:00 ☎なし

☎# 8000 ☎052(962)9900(短縮番号を利用できない場合)

乳幼児育児相談 9:00 ~ 16:00

☎(47)2200 ☎田・国・祝

<http://www.city.obu.aichi.jp/link/ksoudan.html>



保育園 ☎回・祝

大府 ☎(46)0078 桃山 ☎(47)7833 柁山 ☎(46)0590 横根 ☎(47)1077

北崎 ☎(46)0437 共和東 ☎(46)2079 追分 ☎(47)7822 荒池 ☎(48)2625

共長 ☎(47)6131 長草 ☎(46)2048 吉田 ☎(46)0758 米田 ☎(47)7823

若宮 ☎(46)4612

# みんなで支える認知症

4月から高齢者相談支援センターを拠点に認知症初期集中支援チームが活動を始めています。ぜひご相談ください。



高齢障がい支援課 ☎(45)6289

認知症地域支援推進員 武藤

## 認知症初期集中支援事業とは？

初期とは、認知症の方への関わりの「初期」という意味です。認知症初期集中支援チーム員の初期の集中的な支援により、安定した生活の継続や重症化の予防を図ります。

- ▶対象者 40歳以上で自宅で生活していてかつ認知症が疑われる方、もしくは認知症の方で適切な医療や介護のサービスを受けていない方。または認知症の症状で特に集中的に支援を要する方など
- ▶支援内容 適切な医療や介護サービス、社会資源、見守り支援などを利用していただくためのアドバイスや、家族のサポートなど



▲認知症初期集中支援チーム会議の様子

- 最近夫の物忘れがひどく心配なので、病院受診を勧めていますが拒否されます。何か支援を受けられますか？  
認知症初期集中支援チームのメンバーは、医療、介護の専門家です。家族の方から相談があり次第、一度訪問し、ご本人と面談した上で、医療の必要性や医療機関の受診の方法などを一緒に考えます。



認知症の症状の段階に関係なく、「どうしよう」「困ったな」と思った時には相談することをおすすめします。チーム員が自宅まで伺いますので、下記までご相談ください。

高齢者相談支援センター ☎(45)5455 (JR東海道線西側地区)

高齢者相談支援センター東分室 ☎(48)1051 (JR東海道線東側地区)

## Let's TRY アダプト!

市内の道路や河川、公園などを愛情を持って清掃美化するグループによるボランティア活動「アダプトプログラム」。この活動を行う団体を紹介します。

..... 協働推進生涯学習課 ☎(45)6215 

## 横根町寺田隣組 I チーム



### ◆活動内容は？

毎月第1、3日曜日の午前8時に、市民体育館横にある横根大池ちびっこ広場とその周辺道路の清掃活動を行っています。

### ◆実際に活動をしてみていかがですか？

秋から春先の落ち葉が多くなる時期の作業が大変ですが、市民体育館に遊びにきた子どもたちが良く利用するので、元気いっぱい遊んでもらえるきれいな公園になるように気を付けて活動しています。また、隣の横根大池に生息する生き物にエサをあげ、そのごみを公園内に捨てていく人がいます。みんなが気持ちよく公園を利用出来るようマナーは守ってほしいです。

### みなさんにメッセージ

月に2回の活動ですが、その日に用事があればそちらを優先し、集まれる人で活動をするという気軽さがアダプトプログラムの魅力です。ご近所さん同士で顔を合わせることが出来る機会でもあり、今後も無理なくみんなで楽しく続けていきたいです。

アダプトプログラムと一緒に活動しませんか？ お気軽に協働推進生涯学習課までお問い合わせください。



### 共和西小学校 地域の人と握手大作戦(6月22日)

6月22日、共和西小学校で地域の人と握手大作戦が行われました。この取り組みは、1年生の生活科の授業の一環として、自分の周りでたくさんの地域の方が見守ってくれていることを知ることや話す力を育てることを目的に、白鳩会、木の山みまもり隊、共長婦人会はぐみ隊、共和西自治区パトロール隊の協力を得て、実施されています。

児童は、地域の方に「どこに住んでいますか」「好きなものを教えてください」など積極的に話しかけ、会話の最後に、握手をしました。また、地域の方に教えてもらいながら、こま、けん玉、かるた、お手玉、はないちもんめなどを楽しみました。体験した児童は「地域の方と話せて楽しかった」「また一緒に遊んでほしい」など、感想を話しました。

今回の学習を通して、児童と地域の方との顔の見える関係性が深まり、より一層地域の安心安全につながったことと思います。



## 給食 5つ星レシピ

大府北中学校で5つ星!

### たまり飯

#### 作り方

- ① 鶏肉は2センチほどの角切り、ちくわは半月の薄切り、ニンジン、こんにゃく、戻した干し椎茸は千切りにする。
- ② 鍋にサラダ油を熱し、鶏肉、ニンジン、こんにゃく、干し椎茸、ちくわを炒める。しょうゆ、砂糖、みりん、酒、和風だしを加え、水気がなくなるよう炒り煮にする。
- ③ 洗米した米を炊飯器に入れ、水加減をして、②の材料を加え、炊き上げる。



#### 大府北中学校給食調理員さんに聞いた料理のポイント!

たまり飯は濃口しょうゆで味付けをした色の濃い炊き込みご飯です。いろいろな具を炊き込むことで、タンパク質やビタミン、ミネラルをご飯と一緒に取ることができます。

#### 材料(4人前)

精米	2合
鶏肉(モモ)	40g
ニンジン	40g
こんにゃく	40g
干し椎茸	1g
ちくわ	40g
サラダ油	小さじ1/2
しょうゆ	大さじ1
砂糖	小さじ1
みりん	小さじ1/2
酒	小さじ1
和風だしの素	小さじ1/2





▲竹澤さんの出身校、大府中学校での演奏の様子



▶演奏後には、代表生徒が花束を贈りました

# フォト 6月 News

## 一流の音色を肌で感じる 竹澤恭子学校訪問コンサート

18・19日、市内4中学校で、大府市出身の世界的なバイオリニスト竹澤恭子さんの学校訪問コンサートが開催されました。

このコンサートは、中学生生活のうち一度は一流の音楽を体験できるように、3年おきに開催しており、今回で5回目です。竹澤さんが小中学校時代にコンサートでよく弾いていた曲など7曲を解説しながら演奏し、生徒たちは、豊かな音色を楽しみました。

## 住みよさランキングで大府市が全国6位に大躍進

東洋経済新報社が全国の都市を対象に公表している「住みよさランキング」の2018年版で、**大府市が全国6位**になりました。このランキングは、全国791都市と東京23区の都市力を「安心度」「利便度」「快適度」「富裕度」「住宅水準充実度」によりランク付けをしています。

大府市は、福祉・医療の充実度を示す「安心度」、居住環境の整備状況を示す「快適度」、財政力や経済的な豊かさを示す「富裕度」において、特に高い評価を獲得し、**前回総合順位180位から6位**に大幅に順位を上げる大躍進を遂げました。

大府市は、今後も、市民の皆さんがこのまちに住んで良かったと感じられる「日本一元気な健康都市おおぶ」の実現に向けて、よりよいまちづくりを推進してまいります。

