

# 5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
3日(日)	石川医院(中央町6-65)	☎(47)0667
4日(金)	清水内科クリニック(柊山町1-175-1)	☎(46)7400
5日(土)	ひらしま整形外科リウマチ科クリニック(横根町古井戸12-3)	☎(43)0055
6日(日)	鷹羽外科医院(明成町1-327)	☎(47)4111
13日(日)	平野内科(月見町3-129)	☎(46)0030
20日(日)	診療所大府(吉川町1-55)	☎(46)7770
27日(日)	児玉クリニック(若草町2-102)	☎(48)8567

- 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
13日(日)	松下歯科医院(明成町1-129)	☎(47)8300

- 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
2日(日)	保健センター	大倉公園往復コース・4.6*。
5日(土)	長草公民館	太陽と緑の道コース・3.7*。
9日(日)	あいち健康の森公園管理棟前	ウェルネスバレーを巡るコース・4.3*。
12日(土)	神田っ子プラザ	神田っ子プラザ発大府みどり公園往復コース・5.4*。
19日(土)	向畑公園(市役所南側)	風車と緑ビューコース・4.0*。
21日(日)	保健センター	健康の道駅西コース・4.0*。
26日(土)	吉田公民館	吉田周遊コース・4.8*。

- 受付時間  
9:00~9:20
- ※予約不要



## みんなで体操

とき	場所	内容
7日・21日(日)	ミューいしがせ	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
18日(金)	9:00、10:00、11:00、13:00、14:00、15:00	利用方法の説明・利用者登録

- ※予約制。4月17日(日)~

## 相談

相談名	とき	受付時間	内容
ことばの相談(予約制)	10日(日)	13:00~14:30	医師・保健師による相談
こども相談(予約不要)	24日(日)	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、おおぶ一生活ポイント対象事業です。



## おおぶ一生活ポイント

健康づくりに関する事業などに参加したり、自主グループなどで健康づくりに取り組むことでもらえるポイントシールを集めて、10ポイント貯まったら市内協力店で指定サービスと交換できる制度だよ。市内在住・在勤・在学の人なら、誰でも参加できるんだ！さらに、平成31年2月中旬までに協力店でサービスと交換した人は、年度末に抽選で景品が当たるWチャンス抽選もあるよ。楽しみながら、お得に健康づくりをしていこーね！

# 5

## 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(予約制)／弁護士	11日・18日・25日(金) 13:30~16:30	市役所3階相談室
人権相談／人権擁護委員	24日(金) 13:30~16:30	／青少年女性課 ☎(45)6219
行政相談／行政相談委員	17日(金) 13:30~16:30	※相談時間は、1人30分まで
登記相談／司法書士	2日(金) 13:30~16:30	※事前予約が不要な人権相談・行政相談・ 登記相談・不動産相談・よろず相談の 受付は、13:00~16:00(先着6人)
不動産相談(不動産の取引に関する相談)	16日(金) 13:30~16:30	
よろず相談／よろず相談員	10日・17日・24日(金) 13:30~16:30	
身体・知的・精神障がい者の悩みごと相談	8日(金) 10:00~12:00(11:30まで受付)	スピカ／高齢障がい支援課 ☎(45)6289
身体・知的・精神障がい者の生活・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・定員6人)	5月の相談はお休みします	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)	10日(金) 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)	8日(金) 9:45~12:00 / 13:00~15:15	市役所2階202会議室／保険医療課 ☎(45)6330
消費生活相談(電話相談可) ／消費生活専門相談員	月~(金)(3日(金)は除く) 9:30~12:30 / 13:30~15:30(15:00まで受付) 平日 9:00~16:30 (土日は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	女性問題相談員による電話相談 専門相談員(予約制) 毎日(休館日を除く) 9:00~16:30 7日・21日(月) 10:00~16:20	ミューいしがせ ☎(44)9117
教育相談(予約制)／スクールカウンセラー	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	2日・9日・16日・30日(金) 13:00~17:00
	中国語	9日(金) 13:00~17:00
	ベトナム語	23日(金) 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)	18日(金) 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	11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(予約制)／臨床心理士など	8日(金)・18日(金)・22日(金) 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!



#### 「虐殺器官」

伊藤計劃<sup>ひいかく</sup>／著 早川書房

2017年に映画化されたSF小説です。主人公は世界各地で起こる虐殺の背後に潜む1人の男を追いかけていくうちに、驚くべき真実を知ることになります。人間と、暴力、そして平和について考えさせられる一冊です。

### おすすめ本棚

#### おしごといろいろ!

大きくなったら何になる? ものを作る仕事、人を助ける仕事…。いろいろなお仕事にまつわる絵本の特集です。

5月20日回まで  
棚番号53番

### allobu図書館

☎(48)1808

開館時間:

9:00 ~ 20:00

library@allobu.jp

http://library.allobu.jp/

5月の休館日

21日(日)



#### 「英語で本を読み隊」

毎月1回、図書館で開催している英文多読交流会「英語で本を読み隊」。堅苦しいお勉強ではなく、英語の絵本などを紹介しながら楽しいひと時を過ごします。初心者も上級者も、子どもも大人も、お気軽にご参加ください。



#### 新着!

#### 旅のお供「るるぶ」シリーズ

電子図書館に、旅行ガイドブックの「るるぶ」シリーズが多数追加されました。人気のガイドブックを、手荷物少なくていつでもスマートフォンなどからご覧いただけます。お出かけのお供に、電子書籍版をぜひご利用ください。



## ウェルネスバレー通信5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。

### いきいき健康体操

9日(木) 14:00~15:00

理学療法士による簡単な健康リハビリ体操を紹介します(無料・予約不要)。

所 あいち健康の森公園交流センター

問 愛厚ホーム大府苑 ☎(48)3121

### フラワーサーチ祭り

13日(日) 9:30~12:30

3周年を記念した地域の方向けのお祭りです。抽選会、模擬店やゲームなどがあります(無料・予約不要)。

所・問 フラワーサーチ大府 ☎(44)1616

### 「看護の日」イベント

11日(金) 10:00~15:00

ロコモティブシンドロームやフレイルに関する展示や身体測定、栄養相談、転倒予防体操などを行います。(無料・予約不要)。

所 市役所1階健康ロビー

問 国立長寿医療研究センター看護の日実行委員会 ☎(46)2311

### 山車祭り

20日(日) 10:00~15:00

阿久比町横松の山車「敏車」とその製作者を招き、祭りのワンシーンを思わせる「引き回し」を体験します(無料・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/

### 身近な薬草&ハーブ講座

12日(日) 10:00~11:00

医薬品の概要などを紹介します(参加費100円・定員20人)。

所・問 あいち健康の森薬草園 ☎(43)0021

### 健康科学教室

#### 「音を見てみよう!」

26日(日) 10:30~12:00

音や耳に関する実験をします(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



# セレトナ通信 5月号



## 予約方法

**4/17** 9:00~  
 開催日 7日前まで  
 ▶電話または直接、ニツ池セレトナへ。  
 ▶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。

**ニツ池セレトナ**  
 ☎(44)4531

開館時間：  
 9:00 ~ 17:00  
 info@seletona.com  
 http://www.seletona.com

5月の休館日  
 1日☎、7日・14日・21日・28日の☎

## セレトナの森の研究室②

### 昆虫おもしろ講座☎

6日回 9:30 ~ 11:30(雨天決行)  
 春の虫たちについて楽しく学びます。  
**定員** 20人(先着順・予約制)  
**講師** 吉川洋行さん(知多自然観察会)

### ドーム菊の育て方を学ぼう☎

13日回 9:30 ~ 11:30(小雨決行)  
 市の緑花推進団体からドーム菊の育て方を学びます。  
**定員** 15人(小学生以上・先着順・予約制)  
**講師** 杉浦好和さん(ドーム菊愛好家)

### 森のようちえん体験①☎

20日回 10:00 ~ 11:30(雨天決行)  
 親子で自然あそびを楽しみましょう。  
**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)

## 森歩き

### 大人のちょっと癒しの時間②☎

森を歩いて樹木や草花を観察し、楽しく癒される時間を過ごします。



27日回 9:30 ~ 11:30(雨天決行)  
**定員** 20人(18歳以上・先着順・予約制)  
**講師** 飯田康雄さん(大府自然観察会)

## <写真展>

**自然風景写真展—大府写楽会—**  
 ~身近な自然に気づいた瞬間~  
 5月2日☎~31日☎ 9:00~17:00

## 環境News

各地域の資源回収日程は、お手元の資源回収年間日程表でご確認ください。  
 不明な点は環境課へ。

### 5月 公共資源ステーション収集日程表

- ▶北山公民館 駐車場  
14日・28日☎ 午前9時~午後6時半
- ▶市民体育館 北側駐車場  
8日・22日☎ 午前9時~午後6時半
- ▶勤労文化会館 駐車場  
2日・16日☎ 午前9時~午後6時半
- ▶保健センター 駐車場  
9日・23日☎ 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  
6日・20日☎ 午前9時~午後6時半
- ▶マックスバリュ大府店 南側駐車場  
6日・20日☎ 午前9時~午後9時
- ▶アピタ大府店 南側駐車場  
7日・21日☎ 午前9時~午後9時

### Q. いらなくなったやかんはどのように処分すればいいですか?

よくある質問

A. いらなくなったやかんは燃やせないごみではなく、資源のアルミまたはスチールに出してください。アルミかスチールかを見分ける方法として、磁石を近づける方法があります。磁石を近づけてくっつくものがスチールで、くっつかないものがアルミです。また、資源に出す際は、できるだけ取っ手を外してから出してください。取っ手を外せないものは、そのまま出してください。

適切な資源回収へのご協力をお願いします。



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 5月はありません

五ツ屋公園 11日金

向畑公園 18日金

二ツ池公園 25日金

保育園の園庭開放

問 各保育園

大府 26日土 9:30 ~ 11:00

柘山 12日土 9:30 ~ 11:00

共和東 26日土 10:00 ~ 11:00

追分 12日土 9:30 ~ 11:00

共長 12日土 10:00 ~ 11:00

保育園の施設開放

問 各保育園

大府 17日金 9:30 ~ 11:00

桃山 23日金 10:00 ~ 11:00

柘山 8日金 9:30 ~ 11:00

横根 10日・17日金 10:00 ~ 11:00

北崎 11日・25日金 10:00 ~ 11:30

共和東 12日土 9:30 ~ 11:00

追分 8日金 9:30 ~ 11:00

荒池 8日・22日金 10:00 ~ 11:00

共長 17日金 10:00 ~ 11:00

長草 10日金・30日金 10:00 ~ 11:00

吉田 24日金 10:00 ~ 11:30

米田 23日金 10:00 ~ 11:00

若宮 8日・22日金 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

パパママサロン

問 保健センター

妊夫体験、赤ちゃんのお世話の実習などをします。

日 12日土(保健センター) 9:30 ~ 11:30

対 妊娠7カ月以降の妊婦とそのパートナー

プレママ交流会

問 子どもステーション

日 2日金(子どもステーション) 10:00 ~ 11:30



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

2日金

5~7カ月児

9日金

8~10カ月児

16日金

11カ月児から

23日金

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

21日金

神田児童老人福祉センター

7カ月児まで

14日金

8カ月児から

28日金

大府北中学校

7カ月児まで

7日金

さくらんぼの会(多胎児交流会)

問 子どもステーション

日 8日・22日金(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日金(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 申第2・4回・祝  
 北山 電(48)2771 共長 電(48)4121 大府 電(46)1090 神田 電(48)8822  
 東山 電(44)8899 共和西 電(48)1200 吉田 電(46)5220 石ヶ瀬 電(44)4678  
 神田っ子プラザ 電(46)0567  
 allobu図書館 9:00 ~ 20:00 申第3回(祝日の場合は翌平日) 電(48)1808

子どもステーション 9:00 ~ 17:00 申土・日・祝 電(44)4541 電(47)2438  
 おおぶっこ広場 10:00 ~ 15:00 申土・日・祝 電(46)4152  
 保健センター 8:30 ~ 17:15 申土・日・祝 電(47)8000



**日**: 日時 **対**: 対象 **申**: 申し込み **問**: 問い合わせ **お**: おおぶ一生活元ポイント対象事業

## 図書館のイベント

**問** allobu 図書館

### 読み聞かせ

毎週**火** 11:00 ~

16日**水** 11:00 ~

23日**木** 10:30 ~

6日**金**・12日**土** 14:00 ~ (~低学年)

毎週**土**(12日を除く) 14:00 ~ (~高学年)

ストーリー・テリング 12日**土** 10:30 ~ (5歳以上)

わらべうた 10日・24日**木** 11:00 ~

デジタル紙芝居 26日**土** 11:00 ~

腹話術・エプロンシアター 29日**木** 11:00 ~

## 保育園の親子半日体験入園、始まります!

6月から10月まで、保育園では親子半日体験入園を開催します。就園前のお子さんを対象に、親子で保育園での生活を体験することのできる機会です。

参加には開催する保育園に申し込みが必要です。定員に達し次第締め切りますので、申し込み開始日にご注意ください。実施場所や日程、申し込み開始日などは5月15日号からこのコーナーでお知らせしていきます。電話で仮申し込みをしてから、保育園で手続きをしてください。



**問** おおぶっこ広場

## 聞こう話そう子育てのこと

**問** 子どもステーション(平日9:00 ~ 17:00)

**申** 先着順(電話で仮申し込みをすることができます)

### 「大府市の子育て支援について」

地域子育て支援士が市の子育て支援策を紹介します。

**日** 17日**木**(子どもステーション) 10:30 ~ 11:30

**対** 市内在住の就学前児と保護者 20組

**申** 4月16日**水**から子どもステーションへ

### 「交通安全の話」

交通指導員が横断歩道の渡り方と交通安全の話をしてします。

**日** 24日**木**(子どもステーション) 10:45 ~ 11:30

**対** どなたでも

### 「子どもの病気について」

乳幼児期にかかりやすい病気について話します。

**日** 23日**木**(おおぶっこ広場) 11:00 ~ 12:00

**対** どなたでも

### 「離乳食と母体とミネラルについて」

乳幼児期の食事と母乳時期の大切さについて話します。

**日** 25日**金**(おおぶっこ広場) 11:00 ~ 12:00

**対** どなたでも

## 来てみて! 子どもステーション



## 親子で気軽に遊びに来てね

子どもステーションは、就学前児とその保護者の方が一緒に遊ぶことのできる施設です。保育士と一緒に親子遊びをしたり、中庭のブランコやすべり台などで遊んだり、楽しく過ごすことができますよ。お昼やおやつの中には、遊戯室での飲食ができますので、お弁当やおやつを持ってゆっくり遊びに来てください。

また、季節の行事や誕生日会、保護者同士の交流会や座談会など、楽しいイベントをたくさん計画しています。子育て情報紙「おおきくな〜れ」などもご覧になって、ぜひお越しください。

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 **休**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 **休**日・**休**・**休**

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



保育園 **休**日・**休**

大府 **☎**(46)0078 桃山 **☎**(47)7833 柵山 **☎**(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

認知症に関わるひとみんなが安心して暮らすことのできる仕組みなどについて、認知症地域支援推進員が分かりやすくお伝えします。

高齢障がい支援課 ☎(45)6289

認知症地域支援推進員 武藤



## ●認知症とは？

いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることにより、記憶することが難しくなり、生活に支障が現れる状態を言います。特に新しいことを覚えることが苦手になりますが、他にも、時間や日にち、場所、人が分からなくなります。認知症の人は、自分が少しおかしくなっていることに気づいていて、いつも不安でいっぱいです。失敗するのが怖くて、自分の中に隠れてしまいます。認知症は自信を失う病気であり、自信を失うことにより、認知症の進行を加速させてしまいます。

## ●認知症の推計値

65歳以上の7人に1人、85歳以上では4人に1人、90歳以上になると2人に1人が認知症になると言われています。我が家の両親は4人(夫の両親と自分の両親)。この4人が85歳以上になったら、確率的に1人は認知症になるということです！

## ●困った時に「助けて!」と言えるまちを目指す!

これからの時代、自分、もしくは家族が認知症になり、誰もが認知症に関わる時代がくると言われています。決して他人事ではありません。困った時に「助けて!」と言えるまち、失敗しても怒られないまちを目指します。



## 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でのボランティア活動「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 

## 共和東自治区グループ(会員5人)



### ◆活動内容は？

週に一度、花壇の整備や花の植え替えをしています。市が実施している「花いっぱい運動」にも参加しており、年に4回パンジーやマリーゴールドなど色彩豊かな花の植え替えをしています。

### ◆実際に活動をしてみていかがですか？

季節ごとの花を地域の方々に楽しんでほしいという思いで私どもは活動しています。最近では花壇に作った棚に飾ってほしいと、クリスマスローズを提供してくれる地域の方もいらっしゃいます。花を通じて地域が活性化すればうれしいです。

### みなさんに メッセージ

アダプトプログラムは気軽に始められるボランティア活動です。地域のために、まだ一歩を踏み出していない方もぜひ登録をしてみてください。共和東自治区グループが活動している花壇は中部電力共和変電所のすぐ隣です。通りかかった際はぜひご覧ください。

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 春休みの職員作業(3月23日)

3月末、子どもたちは春休み…ですが、実は学校では、先生たちが新年度に向け、子どもたちを迎え入れる準備をしています。

3月23日、共和西小学校にお邪魔しました。学校に到着してまず目に入ったのは、先生と園芸委員の児童が協力して、入学式に飾る花の手入れをしている姿でした。春休み中の作業でしたが、手伝う児童たちは新1年生の喜ぶ顔を思い、やりがいを感じているようでした。校舎に入ると、机いっぱい置かれた教科書を新しいクラスに振り分けたり、新教室の机やいすの高さを変えたり、体操服の袋を掛けるフックを付けたり、掲示物を新年度版に張り替えたりと、いろいろな教室であわただしく動く先生たちの姿を見ることができました。何を思いながら作業をしているか聞いてみると、どの先生も口をそろえて「4月から子どもたちが気持ち良く学校に通う姿を思っています」と話してくれました。子どもの優しさや、先生の子どもたちへの愛情を感じ、温かい気持ちになる取材でした。



### 作り方

- ① トマトケチャップ、ソース、砂糖を合わせ、加熱し、ケチャップソースを作ります。
- ② タマネギ、ニンジン細かく、みじん切りにします。
- ③ スキムミルクは少量の水で溶いておきます。
- ④ ボールに豚挽、②、③、溶き卵、パン粉、おから、とろけるチーズ、塩、こしょうを入れ、よく混ぜます。
- ⑤ ④を小判型に成型します。
- ⑥ フライパンでサラダ油を熱し、⑤を色よく焼き上げます。
- ⑦ ⑥を器に盛り、①をかけます。



桃山保育園給食調理員さんに聞いた料理のポイント！  
おからを使うので、普通のハンバーグよりも腹持ちが良く、カロリーを抑えられます。

## 給食 ★★★★★ 5つ星レシピ

桃山保育園で5つ星！

## おから入りハンバーグ

### 材料(4人前)

ケチャップソース	パン粉 大さじ5
トマトケチャップ	おから 28グラム
大さじ2と2/3	とろけるチーズ
ソース 大さじ1	12グラム
砂糖 大さじ1	塩 少々
タマネギ 1/5個	こしょう 少々
ニンジン 1/10本	サラダ油 適量
スキムミルク 8グラム	
水 少量	
豚挽 120グラム	
卵 1/2個	





▲書部門展示の様子



▶大府再発見の展示の様子

# フォト 3月 News

## 自信作が勢ぞろい 市民美術展

3～11日、勤労文化会館で市民美術展が開催され、多くの来場者でにぎわいました。

今回は16～92歳までの208人から、意欲や活力あふれる231点の展覧がありました。

絵画、版画・ドローイング、立体造形、工芸、書、写真の展示に加え、特別企画「大府再発見」として写真の展示が行われ、来場者は一点一点丁寧に鑑賞し、楽しみながら会場を回りました。

## 走って楽しい！

ランニングイベント  
トップアスリートと走ろう！

24日、あいち健康の森公園でランニングイベントが開催され、小学生約180人が、愛三工業(株)陸上競技部の選手たちからランニングの知識を教わりました。

参加者は、現役選手から楽に走るための動きやトレーニング方法を学び、その後、池の周りを走って速さを競いました。参加した小学生は「教えてもらったことを生かして、速く走れるように頑張りたい」と話しました。



▲イベントの様子



▲啓発活動の様子

## 通学路をより安全に

グリーンベルト出発式

14日、県道横根大府線の路側帯を緑色に着色し、ドライバーに注意を促す全長314mのグリーンベルトが整備され、出発式が行われました。

この道路は、東山小学校の児童や大府中学校の生徒の通学路になっていますが、交通量が多いにもかかわらず歩道が整備されていませんでした。出発式後には、岡村市長などが歩行者やドライバーに交通安全を呼びかけました。

## 演技のいろはを学ぶ

オオブショートフィルムフェスティバル  
鳥井監督ワークショップ

16～18日、勤労文化会館でショートフィルムフェスティバルが開催され、17日には、映画「まだまだあぶない刑事」などで監督を務めた鳥井邦男監督の演技ワークショップが開かれました。

参加者は監督から演技をする上での姿勢やコツを学んだ後、台本を基に演技をしました。監督の指導にも熱が入り、会場は撮影現場さながらの雰囲気になりました。



▲鳥井監督(右)からの直接指導が入ります