

12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
2日(回)	山田整形外科(中央町1-105)	☎(47)7011
9日(回)	村瀬医院(中央町5-51)	☎(46)2012
16日(回)	宮田整形外科(江端町3-76)	☎(46)7788
23日(回)	鷹羽外科医院(明成町1-327)	☎(47)4111
24日(回)	平野内科(月見町3-129)	☎(46)0030
30日(回)	診療所大府(吉川町1-55)	☎(46)7770
31日(回)	いまむらクリニック(共和町7-68-3)	☎(45)5565

●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
9日(回)	岡本歯科医院(東新町1-248)	☎(44)7677

●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(土)	長草公民館	太陽と緑の道コース・3.7*。
5日(水)	保健センター	健康の森公園往復コース・5.2*。
8日(土)	北山公民館	北山発二ツ池公園周遊コース・4.5*。
12日(水)	あいち健康の森管理棟前	健康の森公園コース・4.7*。
15日(土)	向畑公園(市役所南側)	風車と緑ビューコース・4.0*。
17日(月)	保健センター	健康の道駅西コース・4.0*。
22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
3日(月)・17日(月)	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(水)	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。11月19日(月)~

相談

相談名	とき	受付時間	内容
ことばの相談(予約制)			12月の相談はお休みします。
こども相談(予約不要)	26日(水)	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、おおぶ一生元気ポイント対象事業です。



マタニティマーク

マタニティマークとは、妊婦さんが交通機関などを利用するときに身に付け、周囲が妊婦さんへの配慮を示しやすくするものだ。

妊婦さんはお腹が目立たない時期から、つわり症状や体の変化で体調を崩しやすいんだ。マタニティマークを付けている方を見かけたら席を譲り、体調が悪そうであれば積極的に声を掛けてあげようね。また、妊婦さんの近くでは喫煙を控えるなど、妊婦さんや赤ちゃんにとって優しい環境をみんなで守っていこう！

今回は、あいち小児保健医療総合センターの助産師さんにお話を聞いたよ。



12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）		7日・14日・21日・28日の金 13:30～16:30	市役所 3階相談室 ／青少年女性課 ☎(45)6219 ※相談時間は、1人30分まで ※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)
人権相談／人権擁護委員		6日(木)・27日(木) 13:30～16:30	
行政相談／行政相談委員		20日(木) 13:30～16:30	
登記相談／司法書士		5日(木) 13:30～16:30	
不動産相談(不動産の取引に関する相談)		19日(木) 13:30～16:30	
よろず相談／よろず相談員		6日・13日・20日・27日の(木) 13:30～16:30	スピカ／高齢障がい支援課 ☎(45)6289
障がい者の悩みごと相談／障がい者相談員		6日(木) 10:00～12:00(11:30まで受付)	
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)		6日(木) (予約受付は11月20日(木)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)		6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)		11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)(祝日を除く) 9:30～12:30 ／13:30～15:30(15:00まで受付)	N T T 西日本大府ビル1階 ／消費生活センター ☎(45)4538
		平日 9:00～16:30 (国(休)は 16:00 まで)	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	ミューいしがせ ☎(44)9117
	専門相談員(予約制)	3日(木)・17日(木) 10:00～16:20	
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	5日・12日・19日・26日の(木) 13:00～17:00	青少年女性課 ☎(45)6219 ※ポルトガル 語のみ、12日(木)・26日(木)は18:00まで。 時間変更の場合あり。詳細は国際交流協会 ホームページへ。
	中国語	12日(木) 13:00～17:00	
	ベトナム語	26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)		18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 ／ワークプラザおおぶ ☎(48)6160
若者職業自立支援相談		7日(金) 13:30～15:30	
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)		7日(金)・11日(木)・21日(金)・25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!

「日本がわかる経済学」

飯田泰之／著 NHK出版



マクロ経済についての入門書です。ラジオ放送の内容をまとめたものなので、分かりやすい言葉で説明されています。経済学に触れれば、毎日のお買い物もまた違ったものを感じられるかもしれません。

9月予約ランキング(一般書)

「ブロードキャスト」

湊かなえ KADOKAWA

「愛なき世界」

三浦しをん 中央公論新社

「大家さんと僕」

矢部太郎 新潮社

「コーヒーが冷めないうちに」

川口俊和 サンマーク出版

「すぐ死ぬんだから」

内館牧子 講談社

アローブ図書館

☎(48)1808

開館時間：

9:00～20:00

library@allobu.jp

http://library.allobu.jp/

12月の休館日

17日(月)、

29日(土)～31日(月)

おすすめ本棚

2つの顔を持つ作家

意外な経歴を持つ作家の本を、小説を中心に集めました。読んだことのある本でも、別の顔を知ってから読むと、新しい印象を受けるかもしれませんね。

11月20日(火)～1月20日(火) 棚番号67



ビジネスマンにぴったりの本、特集しています。

電子図書館の「ビジネス特集」コーナーには、マナーやお弁当、お金や保険など、働く人に役立つさまざまな本を集めています。

パソコンやスマートフォンの簡単操作ですぐ読めて返却も自動。便利な電子図書館をぜひご利用ください。



ウェルネスバレー通信12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。

ハーブとスパイスの壁飾り作り&座学「冬に注意する感染症」

9日(火) 10:00～11:30

お正月料理などに使うことのできるハーブとスパイスを使って、壁飾りを作ります(参加費300円・定員20人・要予約)。

所・問 あいち健康の森薬草園 ☎(43)0021

健康科学教室「牛乳ってすごい！」

～牛乳でバターづくり～

22日(土) 10:30～12:00

牛乳に含まれる栄養素を調べます(小中学生対象・要予約・要入場料)。

所・問 あいち健康プラザ ☎(82)0211

絵手紙で年賀状を描こう

9日(火) 10:00～12:00

講師の指導のもと、絵手紙の年賀状を作成します(無料・11月22日(火)から予約開始)。

問 あいち健康の森管理事務所 ☎(47)9222

所 あいち健康の森管理棟会議室

大府駅前マルシェ

23日(日) 9:00～12:00

旬の野菜や果物、お菓子や布雑貨などを生産者が直接販売します。

所 JR大府駅東側ロータリー前

問 農政課 ☎(45)6225

カフェくちなし

9日(火) 10:00～12:00

カフェタイムを楽しんだあと、クリスマス会を行います(参加費200円・予約不要)。

所・問 認知症介護研究・研修大府センター

☎(44)5551

冬の特別展示「はかるtoわかる」展

開催中(3月3日(火)まで) 9:30～17:00

はかるとわかる、健康のヒミツについて知ろう(小中学生対象・要入場料)。

所・問 あいち健康プラザ ☎(82)0211

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 12月号



予約方法

11/16(金) 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

12月の休館日

3日・10日・17日の月・

25日(火)・28日(金)~

31日(月)

セレクトナの森の研究室⑧

小枝で作ろう！ 森のリース☎

2日(日) 9:30~11:30(雨天決行)

森には小枝がいっぱい！ 集めた材料でリース作りを楽しみましょう。

定員 20人(先着順・予約制)

講師 村瀬由理さん(知多自然観察会)

花いっぱい運動&

森のようちえん体験⑭☎

9日(日) 9:30~11:30(雨天決行)

定員 2~3歳児とその保護者 10組

(先着順・予約制)

料金 200円(材料費)

オカリナ演奏会☎

18日(火) 13:00~15:00(雨天決行)

オカリナで奏でるポピュラーなメロディーをお楽しみください。予約は不要。どなたでもご覧いただけます。

演奏 オカリナグループATSUKOメイツ

セレクトナのクリスマス

クリスマスベルコンサート2018

クリスマスにちなんだ音楽をハンドベルで演奏します。

日時 16日(日) 16:30~18:00

セレクトナイルミネーション

大きなクリスマスツリーを飾ります。夕暮れ時のツリーはとてもきれいです。ぜひお立ち寄りください！

日時 4日(火)~24日(月) 16:00~17:00

予約は不要です。

ご自由にご観覧ください。

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。
ご不明な点は環境課へ。

12月 公共資源ステーション収集日程表

▶北山公民館 駐車場

10日・24日(日) 午前9時~午後6時半

▶メディアス体育館おおぶ(市民体育館) 北側駐車場

11日・25日(火) 午前9時~午後6時半

▶愛三文化会館(勤労文化会館) 駐車場

5日・19日(火) 午前9時~午後6時半

▶保健センター 駐車場

12日・26日(火) 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

2日・16日(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

2日・16日(日) 午前9時~午後9時

▶アピタ大府店 南側駐車場

3日・17日(月) 午前9時~午後9時

ウォームビズって何？

よくある
質問

冬の暖房温度を20度に設定して快適に過ごすライフスタイルをいいます。暖房の節約によって二酸化炭素の発生を削減し、地球温暖化を防止することが目的です。今年の冬は、暖かくて省エネルギーな生活をしてみましょう。

取り組み例

①「三つの首」を温めましょう

首・手首・足首には太い血管があるので、膝掛けやセーターなどを利用して温めると冷え性などの改善に役立ちます。

②鍋で体も室内も温めましょう

鍋をすると湿度が上がリ、体感温度が上昇します。また冬が旬の根菜類には、体を内側から温める効果があります。

③日常に血行促進運動を取り入れましょう

隙間時間に足や首のストレッチをすると、新陳代謝が高まり冷えを防げます。また、通勤の際に一駅分歩くなどの工夫で体温が上昇し、血行が良くなります。

環境課 ☎(45)6223

みんなで遊ぼう

子育てひろば

10:30~11:30 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 7日金

五ツ屋公園 14日金

向畑公園 21日金

二ツ池公園 12月はありません

保育園の園庭開放

問 各保育園

大府 22日土 9:30~11:00

柊山 1日土 9:30~11:00

共和東 12月はありません

追分 8日土 9:30~11:00

共長 8日土 10:00~11:00

保育園の施設開放

問 各保育園

大府 20日金 9:30~11:00

桃山 26日金 10:00~11:00

柊山 11日金 9:30~11:00

横根 13日金 10:00~11:00

北崎 14日金 10:00~11:30

共和東 12月はありません

追分 4日金 9:30~11:00

荒池 11日金・20日金 10:00~11:00

共長 20日金 10:00~11:00

長草 20日金 10:00~11:00

吉田 6日・20日金 10:00~11:30

米田 20日金 10:00~11:00

若宮 18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

プレママ交流会(保健師が来ます) 問 子どもステーション

日 5日金(子どもステーション) 10:00~11:30

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 15日金(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

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 20日金(保健センター) 9:30~11:30

対 就労していない妊婦

赤ちゃんママ

0歳児を持つ親の交流会(5日は保健師が来ます)

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 5日金

5~7カ月児 12日金

8~10カ月児 19日金

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 3日金

8カ月児から 17日金

神田児童老人福祉センター 7カ月児まで 10日金

8カ月児から お休み

さくらんぼの会(多胎児交流会)(保健師が来ます)

問 子どもステーション

日 11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 7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

親子サロン

問 保健センター

赤ちゃんの身体計測や、関わり方について学びます。

日 10日金(保健センター) 9:30~11:00

対 2~4カ月児とその保護者

児童(老人福祉)センター 9:00~18:00 休第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

アローブ図書館 9:00~20:00 休第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 休国・回・祝

☎(44)4541 ☎(47)2438

おおぶっこ広場 10:00~15:00 休国・回・祝 ☎(46)4152

保健センター 8:30~17:15 休国・回・祝 ☎(47)8000

おおぶ妊産婦相談室 8:30~17:15 休国・回・祝 ☎(57)0219



日: 日時 対: 対象 申: 申し込み 問: 問い合わせ 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

毎週火・12日(木)・19日(木) 11:00～

8日(土) 14:00～(～低学年)

毎週土(8日・29日を除く) 14:00～(～高学年)

人形劇

2日(土) 14:00～・24日(土) 11:00～

ストーリー・テリング 8日(土) 10:30～(5歳以上)

わらべうた 13日・27日(木) 11:00～

デジタル紙芝居 22日(土) 11:00～

私立保育園・幼稚園を紹介します！

小規模保育事業 そぴあ保育園おいわけ
追分町1-98 ☎(85)7312

「そぴあ保育園おいわけ」は、0・1・2歳児の保育園です。「子どもの豊かな心を育む保育」を基本理念とし、大きい子は小さい子にやさしく、小さい子は大きい子の話す言葉やいろいろな遊びから刺激を受けて、お互いに切磋琢磨しています。

写真は、運動遊びを親子で行った日の様子です。体を動かして楽しく遊びました。



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)

「離乳食作りと親子で試食」

市栄養士に離乳食の作り方を教わり、親子で試食します。

日 4日(木)(ミューいしがせ) 10:00～11:30

対 市内在住の9カ月～1歳3カ月児と保護者15組(託児あり)

他 料金 100円

申 11月16日(金)から子どもステーションへ

「2歳の子を持つ親の座談会」

入園に向けての疑問や工夫について、みんなで話します。

日 20日(木)(子どもステーション) 10:00～11:00

対 市内在住の2歳の子どもと保護者10組

申 11月16日(金)から子どもステーションへ

問 おおぶっこ広場

「おうち看護について」

子どもの病気や症状と、ケアについての話を聞きます。

日 14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



みんなで誕生日をお祝い！ お誕生日会

子どもステーションでは、毎月1回、お誕生日の子どもたちを、みんなで祝いします。子どもたちは、お母さんからメッセージをもらったり、子どもステーションからバースデーカードをもらったりします。みんなで「たんじょうび」の歌を歌ったあと、ボランティアの方のマジックショーや職員による劇や合奏など、毎月工夫を凝らした出し物を見て、みんなで楽しくお祝いします。

「大きくなったね、おめでとう！ ママも頑張ったね、おめでとう！」
お子さんが1つ大きくなった喜びをみんなで一緒に祝いましょう！

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 ☎国・国・祝

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



保育園 ☎国・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

「大府の郷デイサービスセンター」で、認知症対応型デイサービスについてお聞きしました。



高齢障がい支援課 ☎(45)6289

認知症地域支援推進員 武藤

認知症対応型デイサービスとは？

認知症の方がデイサービス事業所に通い、入浴、排泄、食事などの介護、その他の日常生活を送る上で必要なケアや機能訓練を受けられる介護保険のサービスです。

●一般型デイサービスと何が違いますか。

通所には、医師による認知症の診断が必要です。定員は12人と小規模で、職員の配置が手厚く、症状に合わせた対応ができます。当センターでは、回想法を取り入れており、昭和の写真などを見ながら、昔を思い出すことにより、認知症の進行予防などを図っています。

●認知症の診断を受けました。一般型デイサービスより認知症対応型デイサービスを利用した方がよいですか。

認知症の診断を受けたからといって、必ず認知症対応型でなければならないことはありません。症状に応じて、認知症対応型をおすすめします。



▲大府の郷デイサービスのスタッフの皆さん

ワンポイント アドバイス

認知症による行動や心理的な症状は、環境や関わり方によって悪化したり、軽減したりします。認知症の方の様子を見ながら、ケアマネジャーや施設スタッフなどに相談し、本人や家族が納得できるサービスを選択しましょう。

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



たなべ歯科クリニック



◆活動内容は？

お休みの日や診療前の朝など、スタッフの手が空いているときに周辺道路のごみ拾いや砂取り、草取りをしています。開院当初から周辺の清掃活動をしていたのですが、道路の街路樹がなくなり、代わりに何か植えられないかと考えていたところ、市のアダプトプログラム制度を知り、活動を始めました。

◆実際に活動をしてみていかがですか？

まちがきれいになるので、とても気持ちがいいです！ たばこの吸い殻などが道路に落ちている時もありますが、他の方も気が付いたらごみを拾われていたり、きれいに保たれています。まちをきれいにしようというのが感じられる素敵な地域だと感じています。

みなさんに メッセージ

活動を通して、今住んでいるまちがもっと好きになりました。気軽にできる活動なので、今後も自分たちの住んでいるまちがきれいになるよう活動を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。



学び舎探訪



北山小学校 共和駅見学(10月11日)

10月11日、北山小学校の児童が共和駅を見学しました。この行事は、2年生の生活科の一環として行われ、駅の見学を通して、働く人々や施設・設備を知るために開催されています。また、11月20日には、共和駅から乗車し、刈谷駅で降車して刈谷市交通児童遊園へ行く校外学習があるため、その練習を兼ねています。

児童らは、駅員さんからホーム・自動改札機の仕組み、切符の買い方、電車の乗り方などメモを取りながら学んでいました。中でも、自動改札機の中身を見せてもらい、機械の精度に驚いている児童や「1日の仕事内容を教えてください」「駅員さんは何人いますか」「線路の周りにはなぜ石があるのですか」など、駅員さんに質問をたくさん投げかける児童など、興味深々と参加する姿が印象的でした。

この学習を通して、電車に乗る上でのルールを理解するとともに、仕事・施設・設備を知ることで、物事の成り立ちが分かり、感謝の気持ちを忘れない子に育っていくことと思います。



給食

★★★★★ 5つ星レシピ

北山小学校で5つ星！

鶏肉のから揚げ手羽先風

作り方

- ① 鶏むね肉に酒をふりかけます。
- ② ①にでんぷんをまぶし、180℃の油でカラッと揚げます。
- ③ にんにくはおろします。
- ④ Aの材料を煮合わせます。
- ⑤ ②に④を満遍なく混ぜ合わせます。
- ⑥ ⑤にごまと黒しょうをふりかけます。



北山小学校給食調理員さんに聞いた料理のポイント！
揚げたての肉にたれを満遍なくかけることで、味にむらがなく、おいしく仕上がります。ゴマと黒しょうをかけることで、一層味わい深くなります。

材料(4人前)

鶏むね肉	40g	
酒	小さじ1	
でんぷん	20g	
白炒りごま	小さじ1	
黒こしょう	お好みで	
揚げ油	適量	
にんにく	1片	} A
醤油	大さじ1	
三温糖	大さじ1	
水	適宜	



フォト News 10月

大府の魅力を発信！

第49回産業文化まつり

27、28日、メディアス体育館おおぶ(市民体育館)で第49回産業文化まつりを開催しました。2日間合計の来場者数は、8万5千人。会場ではステージイベント、たくさんのブース・作品展示があり、会場に駆け付けた市民らは笑顔でいっぱいでした。



▲テープカットとともに産業文化まつりスタート！

▼おぶちゃんを通して、下水道の重要性をPR。



ストラップ販売 知多半島初！

おぶちゃんカラーマンホールの設置・ストラップの販売開始

19日、下水道のイメージアップや関心を持っていたことを目的に、おぶちゃんをあしらったカラーマンホールをJR大府駅東ロータリーの歩道2カ所に設置しました。また、知多半島で初めて、マンホールデザインそのままのストラップの販売をKURUTOおおぶで開始しました。市担当者は「ご当地マンホールは全国的に人気上昇しているので、観光客誘致に少しでも貢献できれば」と設置効果を期待しています。

▼「大きな一れ」と願い込めて…



願いを込め、植樹！

市道荒池長草線植樹祭

25日、市道荒池長草線の西側で、市民の緑化の意識を高めてもらうことを目的に共和西小学校の4～6年生による植樹を行いました。市道荒池長草線は、市と共和西土地区画整理組合が整備し、平成29年3月29日に開通。今回、緑に親しめるよう市道荒池長草線167.57㍍に低木のイヌツゲ729本を植樹し、環境整備を行いました。植樹祭に参加した児童らは「緑が増えて街がきれいになった」と話しました。