



# カメラトピックス

camera topics

市政の動きを写真で紹介

7月15日(金)



## フレンドシップパートナー委嘱式

本市に在住した外国人に帰国後も本市と母国との架け橋となっていただくため、今回14人に森市長から委嘱状が手渡されました。

7月30日(土)



## 約3万3000人が桜島のパワーを堪能

「2016桜島火の島祭り」を桜島多目的広場で開催。大迫力の桜島火の島太鼓の演奏や約6000発の花火が来場者を魅了しました。

8月2日(火)



## 出会いを支援「マリーサポートかごしま」

結婚相談所が愛称もついて鹿児島中央駅前キャンセビル7階に移転。開所時間も20時までとなり利用しやすくなりました。

8月2日(火)



## 火山災害対策を強化 鹿児島市防災会議

昨年8月の桜島噴火警戒レベル4引き上げ時の課題を踏まえ、避難時に台風でフェリーが使用できないときの対策などをまとめました。

8月15日(月)



## 第二次世界大戦戦亡者慰霊祭

遺族をはじめ関係者などが参列し、森市長や児童・生徒代表などから慰霊のことばがささげられた後、献花が行われました。

8月20日(土)



## かごしま錦江湾サマーナイト大花火大会

2年ぶりの開催となった今回、14万人余りの来場者で賑わい、九州最大級となる約1万5千発の花火が錦江湾の夜空を華やかに彩りました。

みんなで学ぶ

鹿児島県の食

# 食育レシピ

～地産地消編～

【健康総務課 216-1492(FAX216-1242)】



冷たい物の食べ過ぎで疲れた夏の体に

## トウガンの中華スープ

### ■材料(4人分)

トウガン	160g	湯	800cc
ザーサイ	40g	酒	大さじ2
鶏もも肉	60g	塩	小さじ1/4
キクラゲ	2g	こしょう	少々
油	小さじ2	ごま油	大さじ1/2
鶏がらスープの素	小さじ2		

ひとくち  
メモ

### ■作り方

- トウガンとザーサイは薄切りに、鶏もも肉は細かく切り、キクラゲは水でもどし千切りにする
- 鍋に油を引き、鶏もも肉をしっかりと炒め、トウガン、ザーサイ、キクラゲの順でさらに炒める
- 鶏がらスープの素を湯に溶かして②に入れ、**A**で味を調べて最後にごま油を入れて仕上げる(1人分の栄養成分: エネルギー78kcal、食塩相当量2.5g)

### トウガンを選ぶポイント

表面が粉を吹いたようになっているのが完熟のサイン。手に持って、ずしりと重いものが良い

### トウガン 冷暗所保存で冬までもつのがウリ

- 余分なナトリウムを排出するカリウムを多く含み、むくみの解消や高血圧の改善効果があります
- 旬…6月～9月 ●主な産地…喜入地域
- 保存方法…冷暗所で長期保存可能。カットしたものはラップで包み、冷蔵庫で保存しましょう



## 広告 セミナー 参加無料 市民のための塗り替え勉強会

家が長持ちする塗装をしたいけど...  
塗装業者選びに迷っているあなたへ!

塗り替えの基礎知識を一緒に学びましょう!

- どこに頼めばいいの? ●どんな塗料があるの?
- 見積り内容を見る時に大切なポイントは?

### リフォーム助成事業説明会 国の助成金を活用したお得リフォーム術

最大150万円リフォーム費用補助! 昭和56年以降に新築された、  
リフォームをご検討中の方におススメです。

場所 鹿児島市民文化ホール 第1会議室 鹿児島市与次郎2-3-1 定員 各回20名程度

申し込み・お問い合わせ先 参加費は無料ですが予約が必要です

一般社団法人日本住宅リフォーム産業協会 九州支部 (有)西谷工業 予約直通 0120-55-1152

セールスの類は一切ございませんので、安心してご参加ください。

## 新しい供養のご提案

改装(お墓の解体)も承ります。

広告

こんな方へ  
オススメ

- ▶後継者のいない方
- ▶ご先祖様の遺骨を移したい方
- ▶独身者で自分自身のみ、あるいは親しい友人と一緒に埋葬されたい方
- ▶先祖代々のお墓ではなく、個人・夫婦などの単位で埋葬されたい方

### 海洋葬 海への散骨

海が好きだった方、自然に還りたい方を散骨いたします。錦江湾内、チャーター貸切

Aコース(祭壇・生花2種) 所要時間 約1時間 100,000円

Bコース(祭壇・生花4種) 所要時間 約2時間 170,000円

※粉骨費用は別途20,000円

### 樹木墓

花や木などの樹木を墓石の代わりとした近年注目されている新しい形のお墓です。

200,000円～

※写真は、いずれもイメージ図となります。

### 合祀墓

合同のお墓に納骨。状況によって一年から三年のうちに、ご遺骨を骨壺から出して土にお返し致します。

1柱:100,000円

※記載価格はすべて税別価格となります。

### 手元供養

日本の伝統色、日本の伝統文化の漆塗であたらしく自由に祈りの空間を演出

80,000円～

※8万円～中の骨壺、写真立、仏具等は、お客様で好みに合わせて組み合わせができます。

安心のお墓のディレクターのいるお店(有)セキショウ

0120-81-7440

鹿児島市五ヶ別府町1736星ヶ峯公園入口

sekishou-7440@juno.ocn.ne.jp

http://www.sekisho.info/

セキショウ マイベストプロ

検索