



カメラトピックス

camera topics

市政の動きを写真で紹介

11月17日(金)～19日(日)



本市初開催「リノベーションスクール@鹿児島」
リノベーションによる空き店舗などの再生を担う人材を育成するため、エリアの再生計画案を作成・提案するスクールを開催しました。

11月20日(月)



ホワイトタイガーとコアラの交換記念式典
森市長らがオーストラリアを訪問。本市とゴールドコースト市、コアラを飼育する動物園の三者で、親善声明書を取り交わしました。

11月25日(土)



グリーンファーム 来園者100万人達成
11月にデビューしたキャラクター「ファムじい」や、ご当地ヒーロー「キイレンダー」も参加し、記念セレモニーを盛り上げました。

12月1日(金)～



冬の夜を彩るイルミネーション
みなと大通り公園で毎年恒例のイルミネーションが始まり、光と噴水の共演が、多くの人を楽しませています。今月31日までです。

12月3日(日)



笑顔で疾走 第38回ランニング桜島大会
沿道の人たちからの声援を受け、約4000人の参加者が、錦江湾や桜島の雄大な景色を楽しみながら溶岩原を駆け抜けました。

12月5日(火)



チャレンジD大賞表彰式
社会貢献や産業就労、文化・スポーツ分野で活躍する障害者と支援者など4人と1団体に、森市長が賞状と記念品を授与しました。



鶏肉と野菜のうま味が染み渡る

さつまい

■材料(4人分)

鶏もも肉	40g	みそ	大さじ 1 1/2
ニンジン	40g	みりん	大さじ 1 1/2
サトイモ	100g	薄口しょうゆ	小さじ 1 1/2
生シイタケ	2枚		
油揚げ	1/2枚		
大根	80g		
葉ネギ	20g		
だし汁	720cc		

みんなで学ぶ
鹿児島の食

食育レシピ

～地産地消編～

【保健政策課 ☎803-6861 FAX 803-7026】

■作り方

- 生シイタケは軸をとり、1cm角に切る
- 鶏もも肉、ニンジン、サトイモ、油揚げ、大根はそれぞれ1cm角に切り、葉ネギは小口切りにする
- 鍋でだし汁を温めて、葉ネギ以外の材料を入れ、軟らかくなるまで煮て(写真右)、Aで味を調える
- 3を器に盛り、葉ネギをちらす
(1人分の栄養成分：エネルギー84kcal、食塩相当量1.2g)



ひとくち
メモ

さつまい 鹿児島で昔から親しまれている
みそ仕立ての汁物料理

江戸時代、薩摩藩で武士の士気を高めるために催されていた闘鶏のときに、薩摩鶏と野菜と一緒に煮込んで食べたのが始まりといわれています



広告

今年こそ、「保険見直し」してみましょう。

様々なニーズにお応えする保険があります

けがや病気で働けなくなったとき
生活費をサポートする保険

経済的な心配をせず
治療に専念できる医療保険

持病があっても
入れる保険

40年の
信頼と実績

有限会社 鶴岡保険事務所
〒890-0054 鹿児島市荒田1丁目3-7(ツルオカビル)
TEL 099-252-1256 FAX 099-252-1250
鶴岡保険事務所 検索
turuoka1256@kbe.biglobe.ne.jp

からだと心に優しい
がん治療

参加費無料

先進医療セミナー

キャンセビル6F メディポリス鹿児島
中央相談センター(鹿児島市中央町10)
※鹿児島中央駅東口出てすぐ イオンの看板が目印
①1月5日(金)14:00～
②1月25日(木)18:00～
鹿児島中央駅前キャンセビル(イオンの
看板が目印)6Fに「相談センター」を開設
致しました。気軽にお立ち寄りください。
鹿児島信用金庫 研修センター 大ホール
(鹿児島市紫原4丁目11-1)
1月6日(土)10:00～

かごしま県民交流センター
東棟4F 小研修室第2(鹿児島市山下町14-50)
1月6日(土)14:00～
鹿児島県青年会館 研修室
(鹿児島市下伊敷1丁目52-3)
1月20日(土)10:00～
JAグリーン坂之上支店 ホール
(鹿児島市坂之上4-19-13)
1月20日(土)14:00～

キャンセビル(よかセンター)
7F 第4会議室(鹿児島市中央町10)
※鹿児島中央駅東口出てすぐ
イオンの看板が目印
①1月10日(水)10:00～
②1月17日(水)10:00～
③1月24日(水)14:00～
④1月31日(水)14:00～
※お席に限りがございますので、
予めご了承ください。



- がんってどんな病気?
- 陽子線治療はどんな治療?
- 治療期間や費用はどれくらい?

無料個別相談も受け付けております。

広告

主催



一般社団法人メディポリス医学研究所



0120-804-881

HP / www.medipolis.org