

カメラトピックス

camera topics
市政の動きを写真で紹介

4月26日(木)

交通遺児への善意に感謝
交通事故の撲滅と交通安全を願い、交通遺児のための積立基金へ寄付や見舞品を寄贈した6団体に、森市長が感謝状を贈呈しました。

4月26日(木)

福岡ソフトバンクホークス「鹿児島デー」
福岡ヤフオク!ドームで、森市長が始球式やかごしま茶の配布などを行い、明治維新150周年で盛り上がる本市の魅力をPRしました。

4月27日(金)

火山防災トップシティ構想検討委員会始動
長年にわたり培ってきた桜島の防災対策を国内外に発信し、より一層の対策向上を図る構想に関して検討を始めました。

5月12日(土)

MSCスプレンドィダ初寄港
姉妹都市ナポリ市ゆかりのクルーズ船がマリンポートかごしまに初寄港。桜島や錦江湾の景観にも引けを取らない雄姿を披露しました。

5月12日(土)・13日(日)

錦江湾公園はなまつり
園内では、263種、約1400株のバラが見頃を迎え、美しい色彩と豊かな香りで来園した人々を魅了しました。

5月15日(火)

災害対策本部設置訓練・防災点検
梅雨時期を前に、防災対策の強化に向けて、災害発生時の初動体制から対策本部設置までの訓練と、防災点検を実施しました。

さっぱり味の夏バテ防止料理
トウガンのなます

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

① トウガン、ニンジンは大めの千切りにし、それぞれ塩少々(分量外)で軽くもんで下味を付ける

② 油揚げも同じ大きさに切って、フライパンで空炒りし、Aを入れて下味を付ける

③ ①を水洗いし固く絞り、②と混ぜ合わせ、Bを加えてあえる
(1人分の栄養成分：エネルギー121kcal、食塩相当量1.0g)

ひとくちメモ

酢で夏バテ防止

酢には、食欲増進や疲労回復の効果があります。
夏バテで食欲がないときや、だるさを感じる時には、酢を使った料理がおすすめです。酢の代わりにレモンなどのかんきつ類の果汁を使うと、香り良く、さっぱりと食べられます。

COOL CHOICE

未来のために、いま選ぼう。

地元の食材は輸送距離が短いためCO2の排出量が少なくすみます。地産地消は地球温暖化対策につながる「COOL CHOICE(=賢い選択)」です!
(詳しくは4面をご覧ください)

鹿児島いのちの電話
第32期 公開講座のご案内

カウンセリングをはじめ魅力的な講義がいっぱいの公開講座を開きます。
電話相談員になるならに問わず、こころの健康に関心のある方、生涯教育を考えていらっしゃる方など、どなたでも受講できます。一緒に勉強してみませんか。

申込期間 2018年6月29日(金)必着
5月17日に開講しますが、6月中受付可

公開講座:関心のある人であれば誰でも受講でき、修了者には修了証書が授与されます。
養成講座:公開講座の修了者で、いのちの電話相談員として活動できる人。(追加受講料不要)

講習期間 公開講座:2018年5月17日(木)～12月20日(木)
養成講座:2019年1月10日(木)～2月21日(木)

開講場所 開催場所の詳細は、開講式当日にご案内させていただきます。※開催場所は講座の日程で変更になる場合があります。

時間 原則として毎週木曜日 19:00～20:15

受講料 一般/20,000円 学生/10,000円
部分聴講可能(当日会場にて受付)

お問い合わせ・申し込みはこちらまで
社会福祉法人 鹿児島いのちの電話協会 ☎099-250-1890

高年齢者向け
配食サービス ライフデリ

健康的で美味しい日替わりのお弁当をお届けします

糖尿病 腎臓病 透析治療中 の方向けのお弁当や
嚥下が困難な方向けのムース食 のお弁当を
毎日配達・宅配しております。
♥アレルギー・おかゆ・きざみ対応しています
♥これからの季節、脱水症の安否確認にもご活用下さい。

365日
朝食・昼食・夕食
週1食～配達可

安否確認のサービスは無料でご利用いただけます

高齢者施設・幼保施設の給食・厨房委託もお任せ下さい!!
ご試食をご希望のお客様はお気軽にお問い合わせ下さい。

お問い合わせ・ご注文は
LIFE DELI ☎099-214-2550
鹿児島市与次郎1-5-30 第11松山ビル1-1
☎kagoshima.chuo@lifedel.jp