



代読ボランティアを行っています

4月9日（火）、大村記念図書館で市内のボランティアグループ「さくらの会（小尾智子代表）」によって、目の不自由な方のために代読ボランティアが行われました。この事業は毎週火・水曜日に実施しています。この日は初めての取り組みとして代読ボランティアの皆さんで、配役を決めて演劇的一幕を代読しました。

代読を必要とされている方やボランティアに興味のある方は、大村記念図書館（☎ 22-4946）までお問い合わせください。

武田の里ウォーク開催

4月13日（土）、武田の里ウォークを開催しました。桜や桃が咲き誇った市内は、晴天にも恵まれてウォーキング日和となり、約1,000名の参加者が春の荳崎を満喫しました。

また、今回は本市出身でモデルやタレントとして活躍中の若尾綾香さんをゲストウォーカーとして招きました。若尾さんは「桃畑などの懐かしい風景に幼い頃を思い出した。のびのびできて、とても気持ちよかった。」とお話をされました。



自衛官募集相談員を委嘱しました

4月15日（月）、自衛隊山梨地方協力本部と市は金山宏さん、志村忠久さん、上野政巳さんの3名に自衛官募集相談員を委嘱しました。自衛官募集相談員は、自衛官志願者への情報提供や募集のための広報活動などに援助・協力する役割を担います。

募集環境は厳しさを増していますが、防衛だけにとどまらず、災害復旧活動任務など、私たちが安心して暮らすために欠かせない自衛隊の優れた人材確保にご尽力いただきます。



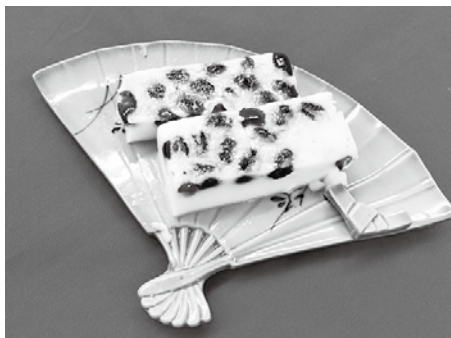
～毎月19日は食育の日～6月は「食育月間」です！

「味わって食事をする」「朝ごはんを食べて1日をスタートする」「食べ物を大切にする」など、日頃の何気ない食生活と向き合うことが、健康的な毎日を過ごすキッカケになります。

この機会に「食育」について考えてみませんか。

【作り方】

- ①鍋に水・粉寒天を入れ火にかけ、沸騰したら火を弱め砂糖を煮溶かす。
- ②牛乳を少しずつ加え、2～3分加熱し火を止める。
- ③容器に②を流し入れ、表面が少し固まりはじめたら甘納豆を散らす。
- ④粗熱をとり冷蔵庫で冷やし固め、8等分に切り分ける。



【栄養量（1切れ分）】

エネルギー 89 ㎐
食塩相当量 0 ㍑

【材料（4人分）】

- ・牛乳・・・1カップ
- ・水・・・1カップ
- ・粉寒天・・・4g
- ・砂糖・・・大さじ2
- ・甘納豆（小豆）・・・80g

「和風牛乳寒天」

レシピのポイント！

砂糖を控えめにし、甘納豆の甘さを活かしたサッパリとした味わいの牛乳寒天です。寒天をしつかり煮溶かしましょう。

知っ得！食育ひろば ―食改推の簡単レシピ―

■問い合わせ 健康づくり課 健康増進担当 ☎ 23-4310