

「女(ひと)と男(ひと)が協働するまちづくり」

チーム荏崎で できることから

Let's 今日 Do!

荏崎市男女共同参画推進委員会では、昨年10月に「ごみ減量アクションプラン」が策定されたことを受け、今年度は活動のメインテーマを「環境のまちづくり」として取り組んでいます。男女相互の意見を尊重しながら、「環境」という切り口からよりよいまちづくりをしていくためにはどうしたらよいか、皆さんで考えるよい機会とするため、男女共同参画フォーラムを開催します。

日 時 平成29年1月22日(日)

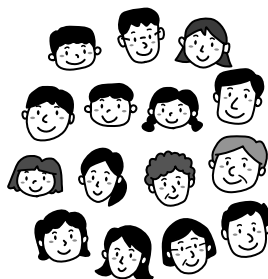
13時30分～16時(受付13時～)

場 所 東京エレクトロン荏崎文化ホール(小ホール)

■プログラム

- (1) 平成28年度男女共同参画推進委員会活動経過報告
- (2) 「環境のまちづくり」活動報告
- (3) 寸劇「バス通り裏の風景」
- (4) 基調講演「男女共同で取り組む美しいまちづくり」
講師 永井寛子氏(認定NPO法人スペースふう理事長)

- 主催 荏崎市、荏崎市男女共同参画推進委員会
 ■共催 荏崎市女性団体連絡協議会、荏崎市地区長連合会
 ■問い合わせ 企画財政課 企画推進担当(内線357)



荏崎市男女共同参画フォーラム

平成28年度



知っ得! 食育ひろば 一食改推の簡単レシピ! -

「シャキシヤキ!大根サラダ」

美味しい「旬」野菜を味わおう!!

ご存知ですか?

大根に含まれる「カリウム」は高血圧を予防する働きをします。水に溶けやすい性質があるので、煮物よりもサラダや大根おろしなどがオススメ! 手作りのドレッシングには油が入らないので、身体に優しいです。お試しください。

【栄養量 (1人分)】
 エネルギー 87kcal
 食塩相当量 1.8g
 ■問い合わせ
 保健課 健康増進担当
 ☎ 23-4310

- ① 大根は千切り、カットわかめは水で戻しておく。
- ② 調味料を混ぜ合わせ、ドレッシングを作る。
- ③ 水で戻したわかめを血に引き、大根を盛り付け、上に油を切ったツナ缶を盛りドレッシングをかける。

【材料 (4人分)】

- ・大根 1/6本(150g)
- ・ツナ缶 1缶
- ・カットわかめ ... 5g

【ドレッシングの材料】

- ・酢 大さじ1・1/2
- ・しょう油 大さじ2
- ・みりん 大さじ1
- ・いりごま 大さじ2