

保育園
・
幼稚園

●作ってみよう！ ●食材へのこだわり！

公立保育園では、「朝ごはん」をテーマに、年長児を対象のミニクッキングを行いました。ガラス鍋で炊くごはん、煮干しからだしを取るみそ汁に挑戦！

すばる幼稚園では、国産や地元で採れた物を優先して使用しています。梅やしそを使って作る「梅干し&しその粉」は園児たちのお手製。完成したものを使って「おにぎり作り」も行いました。



泡出てきた！
お米が水を
飲んでる！

米粒が変化していく様子に、子ども達の目は釘づけでした。



食育通信

「食育月間」「食育の日」は、国の食育基本計画で定められ、各地でさまざまな食育の普及啓発活動を展開しています。食育の主役は皆さん一人一人です。日々の食について考え、できることから実践してみましょう。

志賀
高校

●食育コーディネーターが「食育講座」実施！



志賀町の新しい特産品「能登汐風ごぼう」。志賀高校生徒は、食育コーディネーター（町の食育推進活動をサポート）から栽培・収穫方法などを聞き、調理実習を行いました。



和風ごぼうハンバーグ、ごぼう&コーンのサラダ、ごぼうスープと「能登汐風ごぼう」をふんだんに使った料理の数々を調理。高校生からは、「ごぼうが入ったハンバーグやサラダは初めて食べたが、食感があり香りも良く、美味しかった」と好評でした。

食育
実践団体

●食生活改善推進員（ヘルスマイト）の紹介

食生活改善推進員（ヘルスマイト）とは、「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、生涯における健康づくり活動を、食を通して地域において推進しているボランティア組織の団体です。会員101人（平成26年度）が活動を行い、子どもから高齢者まで幅広い年代を対象としています。

- 「野菜を1日350gとりましょう」
- 「郷土料理を作ってみよう」
- 「上手に減塩しましょう」

などをテーマに、料理教室の開催や食生活の改善・運動の普及推進を図っています。



養成講座を修了すると、
食生活改善推進員になれます！

食生活改善推進員養成講座

『食生活改善基礎コースセミナー』参加者募集！

楽しく健康づくりの輪を広げ、講座で得た知識を家庭や地域で生かしていきましょう。

- 【日程】全5回コース
- 【内容】健康に関する講義、調理実習、運動実技など
※申し込み後に詳細日程を郵送
- 【対象】志賀町在住の人で健康づくり活動に関心のある人
- 【申込締切】6月中頃まで
- 【申し込み先】保健福祉センター ☎32-0339 FAX 32-4171

回	日時	会場
1	7月 2日(水)	富来活性化センター
2	7月16日(水)	
3	7月30日(水)	
4	8月20日(水)	
5	9月 3日(水)	

6月は
食育月間、
毎月19日は
食育の日



のとキリシマツツジ 真紅の花が満開に



真紅の花々 (代田の土橋さん宅)



咲きほこるのとキリシマツツジ (鵜野屋の角畑さん宅)

5月上旬から中旬にかけて、志賀町地内でものとキリシマツツジが見頃を迎え、訪れる人々の目を楽しませていました。

鵜野屋の角畑勲さん宅では、樹齢350年ののとキリシマツツジが5月9日頃に見頃となりました。2007年の能登半島地震で石垣の一部が崩れて根がむき出しになったそうですが、近所の手も借りて修復。毎年真紅の花を咲かせており、「毎年花を付けてくれるのも地域の皆さんと、天道さまのお陰」と角畑さんは話しました。

代田の土橋裕久さん宅では、先祖代々育てている高さ2～3mの6本が4月下旬から競うように花を付け、5月10日頃まで楽しめ、近所の人から町外の人まで多くの人が見に訪れたとのことでした。

住職が丹精込めて育てたボタン 牡丹寺で大輪が咲き誇る

草江にある偏行寺は別名「ぼたん寺」とも呼ばれ、住職が10年以上前から植栽しているボタンの花が、5月中旬頃に見頃を迎えました。約1万平方メートルの敷地を、約2,000



株のボタンが色とりどりに咲き誇り、ゴールデンウィークなども多くの人を訪れ、綺麗な花々に入っていました。



大輪を咲かせた様々なボタンを楽しむ来場者



開館10周年を祝う華やかな演奏会

花のミュージアムフローリィ 10周年記念 鮮やかな花々に囲まれ演奏会

4月29日(火・祝)、花のミュージアムフローリィが開館10周年を迎え、木管五重奏とピアノの記念演奏会が行われました。

来場者には、カーネーションなどの花鉢がプレゼントされたほか、町公式ゆるキャラ「西能登あかり」ちゃんも駆けつけて来場者とふれ合い、10周年に花を添えました。

山鉾副館長は、「今年の4月から来館無料になり、来館者も増えました。これからも皆さんに親しみを持ってもらえ、施設にしたい」と話しました。



健やかな子供たちの成長を願って

不動の滝でこいのぼりが元気に泳ぐ

4月27日(日)から5月10日(土)までの14日間、流れ落ちる滝を背景に色とりどりのこいのぼり60匹があげられる「鯉ながし」が行われました。

10年前までは、PTAなどで毎年あげられていましたが、人手不足で中止に。しかし、東日本大震災を機に、上熊野公民館と地元有志が、震災復興を願い復活させました。橋から橋に約50mのロープが3本かけられ、春風に乗って、こいのぼりは元気に泳いでいました。今年で、3年目になる「鯉ながし」は連休中も多くの人が見に訪れていました。



滝を背景に元気に泳ぐ 60匹のこいのぼり



左から小泉町長、落合さん、北野さん、舟山君、高君

志賀相撲教室

個人優勝、団体3位を報告

4月27日(日)、長野県で行われた小・中学生相撲木曾大会で好成績を残した志賀相撲教室の4人が、5月7日(水)に小泉町長の元を訪れ、喜びを報告しました。

個人優勝した落合美優さんは、「今度は全日本小学生女子大会で優勝したい」と抱負を述べました。成績は下記の通り。

- 小学6年女子の部 個人優勝・・・落合美優さん(富来小)
- 小学校低学年の部 団体3位・・・舟山知希君(土田小3年)
高匡一郎君(高浜小2年)、北野利奈さん(堀松小3年)
瀬戸陽睦君(堀松小3年)

富来B&G海洋センター

プール施設改修に3000万円助成

B&G財団(東京都港区)は、富来B&G海洋センター改修工事に3000万円を助成すると決め、5月13日(火)、財団の菅原悟志専務理事が小泉町長に決定通知を手渡しました。

室内温水プール施設である富来B&G海洋センターは建設から15年経過。経年劣化が進んでいるため、7月から平成27年3月まで休館して、改修工事が行われます。

菅原専務理事は「ぜひリニューアル式典を行い、広く住民に広めてほしい」と話し、小泉町長は、「年間4万人もの利用がある施設です。安全かつ快適に利用できる施設にして、より多くの町民に広めたい」と話しました。



助成決定書を授与するB&G財団菅原専務理事

あかりちゃんが町外イベントに初参加

金沢城で志賀町のPR活動

5月3日(土)から3日間、金沢城公園で「金沢城菓子物語 百万石菓子百工展」が開催され、初日に志賀町公式ゆるキャラ「西能登あかり」ちゃんが参加。来場者と一緒に記念撮影や握手などして愛嬌を振りまき、志賀町をPRしました。

あかりちゃんは今回が、町外イベント初参加となります。

会場には、多彩な菓子がずらり。上生菓子作り体験や伝統菓子職人技の披露、七尾市出身の辻口博啓パティシエが手掛けたケーキ・クッキーとカクテルの振る舞いなどがあり、多くの家族連れや観光客が訪れました。



左からあかりちゃん、まありん、のとドン、ウッチー、よしなかくん・ともえちゃん

がんばる
志賀っ子

一点でも多く得点を！

5月2日(金)、志賀町役場を訪れた日脚さんは、穴田教育長に「初めての海外で緊張するが、一試合でも多く出場し、一点でも多く得点したい」と海外戦の抱負を語りました。

同行した志賀町フロアボール協会山本悟副理事長は「彼女のシュートは、スピードとパワーがある」と強さの秘訣を語りました。

穴田教育長は「海外で視野を広げ、色々なことを感じてきてほしい。平常心を忘れずに頑張る」と激励しました。



日脚さんは、シンガポールで開催されるフロアボール世界学生選手権の日本代表に選ばれました。

フロアボールって??

簡単に言うと、体育館で行う「アイスホッケー」。スティックを使って、プラスチック製のボールを相手チームのゴールに入れて得点を競う団体球技。日本の競技人口は少ないが、世界52カ国で行われ、特にヨーロッパで盛ん。発祥地はスウェーデン。

フロアボール世界学生選手権出場 日脚かえでさん

●プロフィール…笹波出身の21歳。現在、日本女子体育大学3年生。小3の時ユニホックを始め、中3の時、富来フロアボールクラブの一員として日本選手権出場。女子の部で優勝し、最優秀選手に選ばれた。現在は、東京のフロアボールチームに所属し、練習に打ち込んでいる。ポジションはフォワード。



右から

寺谷 彩夢^{あゆめ}ちゃん 高浜町 (1歳3ヵ月)

中野 陽菜^{ひな}ちゃん 印内 (1歳2ヵ月)

宗行 咲英^{さえ}ちゃん 高浜町 (11ヵ月)

今月の
スマイル
さん

いつまでも仲良くね♡
(3人の父、母より)

Printed in Japan
支所 〒925-0498

〒925-0198
〒925-0498
編集 情報推進課
0767-32-1111



今月のレシピ

たけのこの卵とじ



127Kcal
塩分 2.1g
【1人分】

☺お好みで、鶏肉や油揚げを入れても良い。

食生活改善推進員 向 順子さん

たけのこの掘りたては柔らかくえぐみが少ないですが、時間が経つにつれ、えぐみが増します。「筍」の字は1旬(10日間)ほどで大きくなることから名付けられたといいます。



◆作り方

- ①たけのこは5mm厚さの半月切りにする。絹さやは筋を取ってから塩ゆでし、斜め切りにする。
- ②鍋に、かつお・昆布だし、調味料を入れて煮立て、たけのこを入れてから沸騰後10～15分程煮含める。
- ③溶き卵を回し入れてとじる。仕上げに絹さやを飾る。

【材料・4人分】

たけのこ(ゆで).....400g
卵.....3個
絹さや.....適量

◎調味料

かつお・昆布だし... 3カップ
薄口しょうゆ... 大さじ2と1/2
みりん..... 大さじ2
酒..... 大さじ1
砂糖..... 大さじ1



針金や糊を使わず、加熱もしない製本技術「エコプレス」を採用しています。