



館報

あさひ

旭公民館（旭ふれあい館内）
横手市猪岡字水上91-2
TEL : 36-1100
FAX : 36-1538

平成28年9月1日号

旭地区敬老会 9月12日(月)開催

平成28年度 旭地区対象者（招待者）
904名

男性360名 女性544名

米寿対象者39名

おめでとうございます

※ 昭和17年4月1日以前に生まれた方（75歳以上）が対象になります。

旭地区夏祭り 8月6日（土）

多大なご支援をいただき厚く御礼申し上げます。（夏祭り実行委員会）



旭地区・ごみ収集日

日	曜日	予定
1	木	プラスチック製容器包装類
2	金	燃やすごみ
3	土	
4	日	
5	月	びん
6	火	燃やすごみ
7	水	ペットボトル
8	木	
9	金	燃やすごみ
10	土	
11	日	
12	月	飲食品用缶、古紙・衣類
13	火	燃やすごみ
14	水	
15	木	プラスチック製容器包装類
16	金	燃やすごみ
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	燃やすごみ
21	水	燃やさないごみ
22	木	金属類、ガラス・せと物、小型家電・乾電池
23	金	燃やすごみ
24	土	
25	日	
26	月	飲食品用缶、古紙・衣類
27	火	燃やすごみ
28	水	
29	木	
30	金	燃やすごみ

【材料】

とんぶり・・・1袋
 イカ・・・1パイ
 マヨネーズ
 にんにく（おろし） } 適量
 しょうゆ
 プリーツレタス
 ミズ菜

食欲のない日もお箸がすすむ♪

とんぶりサラダ

【作り方】

- ① イカを焼いて薄い輪切りにします。
- ② ボウルにマヨネーズ、にんにく、しょうゆを入れ混ぜます。
- ③ ②にイカとプリーツレタスやミズ菜などお好みの野菜を和えます。
- ④ 食べる直前にとんぶりを和え、器に盛り付けます。



考案者：寺山 節子

赤坂後野町内会

赤坂後野町内会は、179世帯で形成されている地域です。国道107号線がとおっているため、ガソリンスタンドや薬局、コンビニなど店舗が多数有り、また近くには、グリーンスタジアムのある赤坂総合公園やふるさと村も有る環境の良い所です。

町内には小高い森に三本の参道がある赤坂稲荷神社があります。その森には樹齢数百年の古木の他、百年未満と思われる若い幹まで20本近い樺の木が有り、低い山にこれほどあるのは非常に珍しいと言われています。9月10日の神社のお祭りには巫女さんが舞う巫女神楽と、男性が舞う山伏神楽系の太刀舞いが奉納されます。むつみ保育園の園児たちも訪れ午前10時の花火を合図ににぎやかに奉納されます。みなさんもぜひ一度ご覧になってはいかがでしょうか。心よりお待ちしております。
(赤坂後野町内会より)



受講生募集のおしらせ

【子育てセミナー】

ストレッチ体操をして、心もからだもリフレッシュしましょう。

【と き】 9月27日(火)
10:30~11:30

【内 容】 ストレッチ体操

【参加費】 無料

【健康の駅】

年齢や性別によって基礎代謝量は変わってきます。基礎代謝について学びましょう。

【と き】 9月29日(木)
10:00~11:00

【内 容】 講話「基礎代謝」
らくらく体験

【参加費】 無料

【生の森 歴史散策会】

「生の森公園」に行ったことはありますか？公園内をウォーキングしながら、三十三観音等の歴史遺産について学びます。動きやすい服装でご参加ください。

【と き】 10月6日(木)
10:00~12:00

【集合場所】 旭ふれあい館

【参加費】 無料

【持ち物】 タオル、飲み物

【募集期間】 9月5日~30日

