



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30年7月1日号

旭地区・ごみ収集日

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

新任のあいさつ

館長 鈴木弘志



前任者の退職に伴い、6月1日より旭公民館にお世話になっております、鈴木弘志です。出生は田中町、現在は婦気地区に居住しております。

4年前に上下水道部長を経て退職しましたが、その後、国民文化祭事務局、本年3月まで歴史まちづくり課に2年間勤務し、歴史的風致維持向上計画の策定に携わってきました。

現役時代には流雪溝整備や区画整理事業、横手駅周辺整備に係る駅改修や市街地再開発事業、大沢地区に膜ろ過設備を備えた第二浄水場建設など、技術畑を過ごしてきました。

公民館勤務は初めてですが、これまでと同様に、地域の皆様方の日々の活動をサポートする地域の拠点施設として利用されるよう、皆様方のご協力をいただき頑張ってみますので、よろしくお願いいたします。



【材料】

茄子・・・5本
ネギ・・・1/2本
生姜、にんにく 各1かけ

合わせタレ

砂糖・・・大さじ1/2
みりん・・・大さじ3
しょうゆ・・・大さじ3
酢・・・大さじ1
とうがらし・・・少々

サラダ油 適宜

茄子の揚げ浸し



【作り方】

- ① 茄子を乱切りにして180℃の油で素揚げし、油を切る。
- ② みじん切りにしたネギ、生姜、にんにくを、合わせタレに漬けておく。
- ③ ①の粗熱がとれたら冷蔵庫で保存し、②をかけて3日位で食べきりましょう。

考案者：菅 妙子

夏が来た！みんなで熱中症予防！



旭地区担当 鈴木保健師

こんな日は特に注意！

気温・湿度が高い

風が弱い

急に暑くなった

こんな人は特に注意！

子ども



高齢者



熱中症患者のおよそ半数は
高齢者（65歳以上）です。

《予防方法の例》



エアコン・扇風機の
適切な使用



こまめな
水分・塩分補給



※血圧の薬を内服
している方は、
塩分の過剰摂取に注意

部屋の風通しを
良くする



※ 熱中症で救急搬送された方の **43%**は **室内** での発症です。

予防方法は上記以外にもたくさんあります。詳しくは7月1日付の【まめまめ情報夏号】をご覧ください、熱中症にならないように、夏を乗り切りましょう！

受講生募集のおしらせ



【ハーバリウム教室】

インテリアとして楽しむ人気の植物標本「ハーバリウム」を作ります。ふわふわと揺れる綺麗なお花やグリーンは癒し効果も抜群です。

- 【と き】 7月24日（火）
10：00～11：30
- 【参加費】 2,000円
- 【定 員】 先着12名
- 【申込み】 7月3日から



【地産地消料理教室】

暑くて食欲がない時でも食べやすい「豆腐」をメインに、旬の野菜を使った料理を学びます。

- 【内 容】 豆腐料理
- 【と き】 8月7日（火）
10：00～12：00
- 【参加費】 500円
- 【定 員】 先着15名
- 【申込み】 7月17日から
（市報と同時受付開始）