

旬の野菜を 即売

農林家 自慢の品が 一堂に 北区農林産物共進会

旬を迎えた「伝統野菜」の賀茂なす、鷹峯とうがらしのほか、きゅうり、トマト、枝豆などの地元産「夏野菜」、さらには漬物類や北山丸太を加工した木工品など、バラエティー豊かな品物が展示、即売されます。出品される品々は、どれも北区内の農林業に携わる皆さんが、丹精込めて生産された素晴らしいものばかりです。ご近所お誘い合わせのうえ、ぜひお立ち寄りください。



日時 6月30日(木)
展示：午後1時30分～2時
即売：午後2時～ ※完売次第終了
場所 MKタクシー上賀茂営業所(上賀茂西河原町1)
※市バス「西賀茂車庫前」下車、東へ徒歩10分
問合せ 北部農業振興センター ☎493-6660

京野菜 わくわくレシビ

賀茂なすの春巻き

ざいりょう (4人分)

- | | | | |
|--------|------|-------------|----|
| ★賀茂なす | 1個 | ★クレイジーソルト | |
| ★ベーコン | 100g | (または塩・コショウ) | 少々 |
| ★春巻きの皮 | 12枚 | ★小麦粉 | 適量 |
| ★サラダ油 | 適量 | | |

つくりかた

- ① 賀茂なすのへたを取って縦半分に切り、1cm角の拍子木切りにする。
- ② ①をさっと水に通し、キッチンペーパーで水分をとる。
- ③ ベーコンを幅1cm長さ10cmくらいに切りそろえる。
- ④ 春巻きの皮を角が手前になるように広げ、皮の中央より少し手前側に②と③を1つずつ重ねて(ベーコンを下に、賀茂なすを上に乗ける)、クレイジーソルトを軽くふる。手前からひと巻きして両側を折りたたみ、最後まで巻き、巻き終わりに小麦粉を水で溶いたのりをつけてとめる。
- ⑤ ④を170℃に熱したサラダ油に入れ、弱火で約5分かけてきつね色になるまで揚げる。

★熱々でも冷めても、外はパリパリ、中はとろっとジューシー。なすが苦手な方でも、目先が変わって食べられるかも。 (京野菜料理 ke-ko)

野菜のひとりごと

大きいものは直径13cmにもなり、重さも500gくらいになります。肉質はもっちりとしていて甘みがあり、一度吸った油をまたはきだすのでさっぱりと食べられます。



犬・猫は正しく飼いま しょう



ペットも大切な家族の一員です。最後まで愛情と責任をもって飼いましょう!!

犬を飼うときは



- 生涯に1度の登録と年1回の狂犬病予防注射を受けさせましょう。(生後91日以上すべての犬は狂犬病予防法により義務付けられています。)
- 必ずつないで飼いましょう。
- ふんの始末は飼主の責任です。道路・公園等を汚さないでください。

猫を飼うときは



- 名札等を付け、所有者を明らかにしましょう。
- 子犬を希望しない方は、避妊・去勢手術を受けさせましょう。
- 専用のトイレを用意し、必ず自宅でする習慣をつけ、便は早めに処理しましょう。
- 屋外は危険がいっぱいあります。迷惑防止だけでなく、ケガや病気から守るためにも室内で飼いましょう。
- 子猫を希望しない方は、避妊・去勢手術を受けさせましょう。

問合せ 衛生課
☎432-1475

食中毒に 注意！ 食肉の生食はやめましょう

牛肉、豚肉、鶏肉などを生で、または加熱不十分な状態で食べると、食中毒になる恐れがあります。食肉は十分に加熱して食べましょう。特に乳幼児や高齢者は重症化しやすいため、生肉、生レバー等を食べないようにしてください。

腹痛、下痢、発熱などの症状があるときは、医療機関を受診しましょう。

食中毒を予防するには？

- 食肉は中心部まで加熱(75度で1分間以上)し、生で食べない。
- 焼肉などをするときには、「生肉を触ったはし」と「食べるはし」を分ける。
- 帰宅時、調理前、食事前などには、石けんで十分に手を洗う。
- 調理後は速やかに食べ、食品は10度以下で保存する。

食中毒予防の3原則



問合せ 衛生課 ☎432-1475

地域包括支援センターです

地域包括支援センターは、介護をはじめ、福祉、医療などさまざまな面から支える地域の拠点として、京都市の委託を受けて、市内61カ所、北区内には5カ所設置されており、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職が高齢者への総合的な支援を行っています。



柊野地域包括支援センター

当センターは、上賀茂にある高齢者総合福祉施設「ヴィラひらぎ」内に事業所があり、職員6名で柊野・上賀茂・元町・雲ヶ畑の4学区を担当しています。民生児童委員・老人福祉員等の各関係機関と連携し、各学区においてネットワークづくりを進め、それぞれの地域の特色を意識した活動をしています。

問合せ 柊野地域包括支援センター(上賀茂馬ノ目町10-1「ヴィラひらぎ」内)

☎712-8621

土砂災害に備えて

土砂災害の多くは雨が原因で起こります。1時間から20ミリ以上または降り始めから100ミリ以上の降雨量になったら、十分な警戒が必要で、また、日ごろから家族や地域ぐるみで、避難



場所・避難経路や連絡方法などを話し合っておくことが大切です。どんなときに要警戒なの？ 斜面や家の裏のがけ、川や谷でこんなことが起こると危険な状態です。

- ① がけから小石がパラパラ落ちてきたとき
- ② 家、地面、よう壁、斜面にひび割れができたとき
- ③ 井戸水や沢の水が濁り始めたとき
- ④ 斜面やがけから水が急に噴き出したとき
- ⑤ 雨が降っているのに川の水が急に減り始めたとき
- ⑥ 川の流れが急に濁ったり、流木がたくさん流れてきたとき
- ⑦ 山全体がうなっているような音(山鳴り)がするとき

問合せ 北消防署総務課

☎491-4148