

北区では「地域の誰もが気軽に立ち寄れる憩いの場づくり」を推進しています

この取り組みの一環として、北区共同作業所・授産施設連絡会の協力によって介護老人保健施設「がくさい」内に新たに憩いの場が設置されました。

この憩いの場では、施設に入所中の高齢者と障害のある方々が交流を図っているほか、飲物やケーキ、障害者施設の自主製品などの販売も行っています。

利用者や障害のある方々からは、「普段、なかなか外出する機会がないので、



毎月、楽しみにしている「接客」を通じて、人と接すること、自信が「ついた」などの声が聞かれました。

今後は、地域の誰もが気軽に集え、ふれあえる場となることを目指していきたいと考えています。

利用可能日時

- 毎月第1火曜日 午後1時30分～3時
- 毎月第2水曜日 午後1時30分～3時30分

※月によって変更する場合があります。

設置場所・問合せ
介護老人保健施設「がくさい」(鷹峯上天井町54)
☎494-0318



京野菜 わくわくレシピ

柘野ネギのカレーどんぶり

- ざいりょう (4人分)**
- ★柘野ネギ 2～3本
 - ★油揚げ 1枚
 - ★カレー粉 大さじ2 (固形ルーなら4かけ)
 - ★水 600cc
 - ★片栗粉 少々
 - ★白だし 50cc

つくりかた

- 油揚げを1センチくらいの細切りにする。
- ネギを5センチくらいの斜め切りにする。
- 鍋に水と白だしを入れて火にかけ、煮立ったら①を入れ、5分たったら②を入れる。
- ③が煮立ったら、カレー粉を入れて味を調える。
- ④に水溶き片栗粉を入れとろみをつける。
- 丼鉢にご飯を入れ、⑤をのせればできあがり。



長ネギの歴史は大変古く、平安時代から様々な種類が作られてきました。柘野ネギは太ネギの仲間、とても太く大きく育つのが特徴です。

☆辛口にする場合は火を止めてからガラムマサラを入れます。香りと辛さが一段と引き立ちます。太いネギの甘みと和風だしの利いたカレー丼は懐かしく体にも優しい一品です。
(京野菜料理 ke-ko)

暖房器具取扱いに注意!

12月から3月に集中して発生しています。特に、今年暖房器具火災は、は、節電の影響により、多くの家庭で石油ストーブを使用されること予想されます。

◆石油ストーブに給油するときは…

- 必ず火を消しましょう。
- 灯油のカートリッジタンクの蓋が確実にしまっているか確認しましょう。

◆暖房器具を使用するとき



受水槽の法定検査はもうお済みですか?
～衛生的な飲料水のために～



私たちが使用している水道水には本管から直接給水する直結方式と、いったん受水槽にためてから給水する受水槽方式があります。一般的に、水圧が不足する3階以上の建物や大量の水を使用する施設の飲用水は、受水槽方式で給水されています。

受水槽方式では、設備の点検管理や検査などを怠ると、重大な水質汚染事故を引き起こすことがあります。そこで、受水槽の有効容量が10立方メートルを超えるものを水道法では「簡易専用水道」といい、日常点検・清掃に加え、年に1回の厚生労働省登録検査機関で「法定検査」を受けることが義務付けられています。

有効容量が10立方メートル以下でも、飲用水を衛生的に保つため、受水槽の日常点検・清掃はもちろんのこと、「法定検査」も受検していただくようお願いいたします。

詳しくはお問い合わせください。
衛生課
☎432-1467

旬の食材を使った免疫力強化☆クッキング



寒い冬の時期はどうしても体が冷えてしまい、体調を崩しがちになります。そこで、旬の食材を使った体も心も温まる料理はいかがでしょう。

料理を作りながら食材や免疫についても学びます。皆様のご参加をお待ちしています。

日時 2月17日(金)

午前10時30分～午後1時

内容
お話し「冬の体に良い食べものを学びましょう」

- 調理実習

対象 18歳以上の北区民

定員 20人(先着順)

参加費 500円

持ち物 エプロン、三角巾(ハンダナ等)、手拭いタオル

場所 北保健センター2階 栄養実習室

申込方法 2月1日(水)から電話で受け付け

問合せ 健康づくり推進課 成人保健・医療担当
☎432-1438

中川フォトコンテスト 秋の部 最優秀作品が決定!

北山杉の里「中川」の美しい自然等を題材とした写真コンテスト秋の部を募集したところ、多数のご応募をいただきました。写真家の水野克比古氏他による厳正なる審査の結果、以下の最優秀作品、優秀作品を選出いたしました。今回選出された作品をはじめ、ご応募いただきました作品の一部は北区役所にて展示させていただきます。

問合せ まちづくり推進課 ☎432-1208



北区民環境セミナー 木ってステキ! 森っておいしい!

～森に親しむ林業カフェ OPEN～
参加者募集!

この事業は 家庭ごみの有料指定回収が使われています

木材や森林の魅力について、3人の女性が語ります。暮らしに木を積極的に取り入れてみませんか。男性の参加も大歓迎です。

日時 2月25日(土)午前10時～午後0時30分

講師 中川典子氏(京都・酢屋(株)千本銘木商会)、松田直子氏(京都ペレット町家ヒノコ(株)Hibana)、岩井有加氏(林業女子会@京都 京都大学大学院修士課程)

内容 木や、環境を支える森林、山の楽しみ方についての講演会のあと、炭入り団子やお茶をいただきながら、林業カフェ(講師によるトークライブ)も行います。

場所 北区役所3階大会議室

参加費 無料(マイカップを持参してください)

定員 50人(申込先着順)

申込方法 1月19日(木)午前9時から電話またはファクスで受け付けます。

問合せ まちづくり推進課
☎432-1208 FAX441-3282