

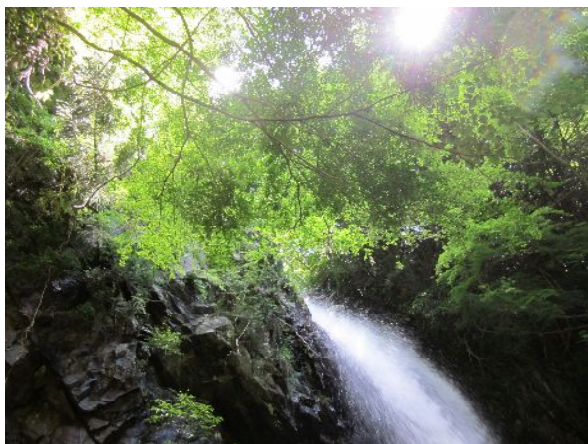


白藤の滝へ 深緑ウォーキング開催（7月9日土曜日）

9時 30 分 稲森均さんから準備運動を受け、暑い日差しの中を元気よく出発しました。集合地の山畑農事集会所は、深緑に取り囲まれた中にありましたが、白藤の滝方面は、さらに深緑と水の滴るような森に包まれていました。

このウォーキングは、「健康は、歩くことから」をキャッチフレーズに健康の駅長さんとの共催で開催し、ご指導を仰ぎながら実施しています。秋には、紅葉ウォーキングの開催を計画しています。多くの方のご参加をお待ちしています。

健康福祉実行委員会



希望ヶ丘夏まつり

7月17日(日曜日) 第27回希望ヶ丘親睦大会(夏まつり)が、希望ヶ丘の生きがいセンター前で開催しました。

毎年、雨天の多い希望ヶ丘の夏まつりですが、今年も台風の影響が心配されました。しかし、夏まつり実行委員会の熱意が勝ち、少し暑かったものの絶好のお祭り日和になりました。



午後5時の開催時刻には、すでに多くの方々にお集まりいただき、子ども御輿や〇×クイズで楽しみ、まつりに参加いただいたダンスチームのパフォーマンスに、大人も子供もたいへん盛り上がることができました。

さらに、カラオケ大会では大型トラックを使いステージを高くし離れた場所からでも見えるように配慮をしました。そのカラオケ大会もダンスチームを率いて歌い、アンコールを受ける一幕もあり、参加いただいた子供も大人も、ひとつになれました。参加者全員がドキドキしながらステージを注目する中、お楽しみ抽選会が行われ、抽選に当たった方も、外れた方も最後まで笑顔と笑い声の続く楽しい夏まつりになりました。



編集後記

3. 11の東日本大震災、原発事故以来、政権の対応が右往左往していて被災者のみならず国民すべてが困惑しているところ。これが先の台風6号に影響したのでしょうか。進路が過去に記憶がないほど迷走し、当地にも風、雨をもたらしましたが大きな被害はなかったでしょうか。台風一過後、比較的涼しい日々がしばらく続いていて、身体がホッとしているところではないでしょうか。しかしもう少しの間、暑さには油断せずに過ごしましょう。

◇◆◇◇ ご意見・お問い合わせ・投稿は、下記までお寄せ下さい。 ◇◇◇◇

壬生野地域まちづくり協議会広聴広報実行委員会 TEL: 45-8900

「畑の野菜から“いのち”をもらってるよ」

やっと収穫ができた ジャガイモ
壬生野保育園での菜園活動。

いつも「畑のひろば」として、
おばあちゃんたちに
手伝ってもらっています。
ありがとう！



豆 知 識

ジャガイモは、地下の茎の部分(塊茎)を食用にする。カリウムを多く含み加熱調理して食べられるほかに、デンプン原料としても利用される。

比較的保存がきく食材であるが、暗くても温度の高いところに保存すると発芽しやすいため、涼しい場所での保管が望まれる。芽や緑化した塊茎には毒性成分ポテトグリコアルカロイド(ソラニンなど)が多く含まれ中毒の元になる。



食中毒に注意！

毎日蒸し暑い日が続いていますが、この季節に一番気をつけたいものが食中毒です。
子供達が楽しみな夏休みです。

そんな季節を楽しく過ごすために、家族みんなで食中毒にかからないように気をつけましょう。

食中毒の種類



種 類	主な原因食品	特 徴
サルモネラ菌	卵料理、生卵、卵を使用した洋菓子、肉料理、納豆など	・加熱に弱い。 ・鶏卵の殻に付着することが多い。 ・家庭での発生事例が多い。
カンピロバクター菌	肉類、鶏料理、飲み水(不衛生な井戸水など)	・加熱に弱い(十分な加熱を)。 ・肉類だけでなく、野菜類もよく洗浄する。
病原性大腸菌 O157	あらゆる食品、飲み水(不衛生な井戸水など)	・加熱に弱い (75℃以上 1 分間の加熱で死滅)。 ・感染力が強く、少量の菌でも発症。 ・血便を伴う下痢を起こす場合がある。
ブドウ球菌	おにぎり、お弁当など	・傷があったり、ニキビ等を触った手で調理された場合に多く発症。 ・産生の毒素は加熱しても壊れない。 ・低温保持(5℃以下)により増殖を防げる。 ・家庭での発生事例が多い。
腸炎ビブリオ菌	魚介類(寿司、刺身など)	・加熱、真水に弱い。 ・他の細菌よりも増殖が早い → 低温保持をする。 ・夏場の発生が際立って多い。

深緑ウォーキング・アルバム



団ばの中のみつくな道。頑張れ！



木陰でひと休み、ひと休み



俺を語る藤森光儀さん。
俺の音 なんのその
声は人一倍大きいよ。



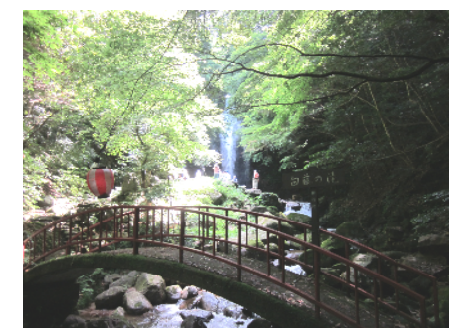
木菰の実 見つけました。

白藤の俺
一年中絶やす
ことない青き流れ



途中で見つけた
かわいい水車小
屋。ここは里人倶楽
部の活動地で～
す。

カメラアングル
最高のポイント。
秋の紅葉、冬
の氷柱も見応
えありますよ。



しんどかったなあ。 いやいやたしたことはないでえ。



「ユツクの中から何が出るかな。」



俺つばの涼しい水ぶぶきに
打たれつつ、極楽、極楽・・・