

健康カレンダー

12月中旬から1月中旬までの健康に関する行事予定
です。変更となる場合がありますので、担当係にご
確認ください。

大方地域

12月	内 容	場 所	時 間
17日(木)	鞭ふれあいサロン	鞭集会所	9:30~12:00
	入野本村ふれあいサロン	入野本村集会所	10:00~12:00
1月	内 容	場 所	時 間
4日(月)	奥湊川健康相談	奥湊川老人憩の家	10:00~12:00
6日(水)	御坊畑ふれあいサロン	御坊畑集会所	9:30~12:00
7日(木)	浮津ふれあいサロン	浮津集落センター	9:30~12:00
8日(金)	伊田ふれあいサロン	伊田浦老人憩の家	9:30~12:00
13日(水)	新町ふれあいサロン	新町集会所	10:00~12:00

佐賀地域

注)表中の※印は、受付時間となります。

12月	内 容	場 所	時 間
16日(水)	乳 児 健 診	佐賀老人憩の家	※13:00~13:30
18日(金)	いきいき☆ココロ倶楽部	保健センター	9:30~12:00
21日(月)	愛 育 相 談	佐賀保育所	9:30~11:00
22日(火)	いきいき☆ココロ倶楽部	保健センター	9:30~12:00
25日(金)	いきいき☆ココロ倶楽部	保健センター	9:30~12:00
1月	内 容	場 所	時 間
5日(火)	いきいき☆ココロ倶楽部	保健センター	9:30~12:00
7日(木)	藤縄ふれあいサロン	藤縄集会所	10:00~13:00
8日(金)	いきいき☆ココロ倶楽部	保健センター	9:30~12:00
12日(火)	いきいき☆ココロ倶楽部	保健センター	9:30~12:00
15日(金)	いきいき☆ココロ倶楽部	保健センター	9:30~12:00

○お問い合わせ

本庁健康福祉課 保健衛生係
☎43-20036(直通)
佐賀支所 地域住民課 保健センター
☎55-7373(直通)

くろしおっ子の学校給食

○お問い合わせ

大方学校給食センター ☎31-3201(直通)
佐賀学校給食センター ☎55-2166(直通)

リッチャんの元気サラダ



小学1年生の国語で学習する、角野栄子さんの「サラダでげんき」に登場する人気のサラダです。

●材料(4人分)●

キャベツ	3枚程度	
きゅうり	大1本程度	
にんじん	1/5本程度	
ホールコーン	大さじ3	
ハム	1枚	
刻み昆布	2g	
かつお節	4g	
ミニトマト	40g	
A {	酢	大さじ1/2
	ゆず酢	大さじ1/2
	塩	1.6g
	こしょう	少々
	砂糖	大さじ1/2
	サラダ油	小さじ1
	うすくち醤油	小さじ1

【作り方】

- ①キャベツ(1センチ幅)、きゅうり(薄い輪切り)、にんじん(千切り)を切りそろえ、沸騰した湯で色よく茹でて、冷やしておく。
- ②ハムは千切り、ミニトマトは半分に切る。
- ③Aの調味料を混ぜ合わせる。
- ④①で冷やした野菜の水けを絞る。
- ⑤材料をすべて混ぜ合わせて、③で合わせた調味料で味を付ける。