

# 協賛事業募集

生涯学習フェスティバル月間

文化の秋、スポーツの秋として各種催しやイベントが行われる9月から11月を「生涯学習フェスティバル月間」とし、例年コンサートや発表会、スポーツ大会などを開催しています。

期間中は、多くの皆さんにご参加いただけるよう効果的に情報を発信し、参加者と主催者の双方にとって充実した活動を進めていきたいと考えていますので、「生涯学習の振興」という趣旨に賛同し、参加いただける協賛事業を募集します。詳細についてはお問い合わせください。

**募集期間** 8月19日(金)まで  
(昨年の例) チャリティダンスパーティ、町民ペタンク大会など(合計24事業)  
**問合せ・申込み** 社会教育グループ  
☎252083



あなたの「やってみよう」

「聞いてみたい」を形に!

『社会教育事業企画検討会のメンバー』追加募集

公民館等で実施する講座に關してアイデアを寄せていただける方の申込みをお待ちしています。

**会議等** 早來公民館と追分公民館で年間数回の話し合いを行います。

**対象者** 町民の方であれば、年齢や性別は問いません。

**申込み** 随時お申し込みを受け付けます。

・皆さんが参加しやすい講座等を開設していくためには?  
・町にはどのようなニーズがあるのだろうか?

それらをメンバーの方と情報交換しながら話し合い、その実現を目指します!

また、その他教育委員会主催に關するアイデアをご提案いただけます。

**申込み・問合せ** 社会教育グループ  
☎252083



## 学校給食センター 食卓だより

### 酢で防ごう! 夏バテ&食中毒

健康に良いといわれている酢が、毎年この時期になると注目されます。酢は、体の中に溜まっていく疲れのもとになる乳酸を分解し、夏バテで衰えた体力を回復させる働きがあるからです。

最近では酢の物を作る家庭が少なくなつたのか、消費量は減っていますが、酢の殺菌力の強さから、この時期に増える食中毒防止にも役立ちます。夏の疲れを吹き飛ばすために、家庭でも酢を使った料理を1、2品増やしてみたいかがでしょうか?

☆高級な純粋玄米酢には、たんぱく質合成を進める栄養素のアミノ酸・ビタミン類・ミネラル成分が玄米から溶け込んでおり、機能が衰えた肝臓・腎臓などを回復させる効果もあると言われています。

○家庭で簡単に作れる、酢を使った飲み物レシピをご紹介します。



**りんごサワードリンク (材料)**  
りんご果汁 100%ジュース 100ml・酢 大さじ2杯・砂糖 大さじ1杯・水 100ml  
**レモンサワードリンク (材料)**  
レモン果汁 大さじ3杯・酢 大さじ1杯・砂糖 大さじ2杯・水 200ml  
☆好みに合わせて量を加減して、自分の味を作ってみてくださいね。  
(意外とさっぱりして、おいしいですよ。)

このほかにも、魚を焼くと表皮に酢を塗ると、身崩れせず上手に焼けます。鍋についた魚のにおい取りやまな板、布巾の消毒など、食用以外にも酢は大活躍します!

酢の消費量の少ない地域では、食塩の使用が多くなり脳梗塞など生活習慣病の多発が心配されます。食卓にも酢の小瓶を置き、味付けの薄いつきは振りかけるようにするなど、もつと酢を食生活に取り入れる工夫をしましょう。

## 第5回教育委員会議決事項報告 (6月30日開催)

- ① 準要保護児童生徒の認定について
- ② 安平町就学指導委員会の委嘱(補充)について
- ③ 安平町給食センター運営委員会委員の委嘱(補充)について

※7月25日開催の第6回教育委員会の議決事項については来月号でお知らせします。

## お詫びと訂正

生涯学習だより109号(広報あびら7月号14ページ)に掲載した大会等の結果の中で氏名に誤りがありましたので、お詫びし次のとおり訂正します。

- ・中体連(陸上)の結果
- (誤) 柳町優裕 (追分中)
- (正) 柳町優裕
- (誤) 柳谷一樹 (追分中)
- (正) 柳谷一輝

## 皆さんの声をお寄せください。

教育に關することであればなんでもOK(できる限り住所・氏名・電話番号をお伝えください)。

☎252083  
FAX 253603  
安平町教育委員会