

10月の相談 (無料)

今月一品



1人分
エネルギー
551kcal
塩分3.0g

かぼちゃのカレー



【材料】6人分

- ごはん (1kg) 6皿分
- 玉ネギ …… 450g
- 豚ひき肉 …… 200g
- 菜種油 …… 大さじ1.5
- パプリカ(粉) …… 大さじ1.5
- 鶏がらスープ… 700cc
- 白ワイン …… 150cc
- パジル(粉) 大さじ1
- かぼちゃ …… 150g
- カレールー …… 6皿分
- 自然の塩 …… 少々
- 蜂蜜漬け梅干し… 1個
- イタリアンドレッシング …… 少々
- オクラ …… 1本
- らっきょう漬け 100g

【作り方】

- ①玉ネギを1cm角に、かぼちゃの皮を縞に剥き1cmのさいころに切る。梅干しは種を抜きみじん切りにする。らっきょうは薄きり、オクラは茹で薄く輪きりにする。
- ②菜種油を熱し、玉ネギが透き通るまで炒め、次いで豚ひき肉を炒める。Aを加え、煮立ったらかぼちゃを入れ中火で煮込む。カレールーを加え、Bで味を整える。
- ③イタリアンドレッシングを少々振り入れる。
- ④皿に盛り付け、Cを添える。

問 保健課健康係 (☎64-1820)

| 相談名 | 日時 | 相談会場・電話 |
|--|---------------------------------|---|
| 法律相談 (相続、消費生活など) | 14日(火) 28日(火) 13:00~16:00 | 社会福祉協議会 備 問 (☎64-3033) 要予約 1週間前から |
| | 21日(火) 13:00~16:00 | 社会福祉協議会 備 問 (☎64-3033) 要予約 1週間前から |
| | 20日(月) 13:00~15:00 | 保健センター 3階 問 (☎64-1800) 要予約 1週間前から |
| 心配ごと相談 | 15日(水) 10:00~12:00 | 吉永地域公民館 問 (社協 ☎84-3839) |
| | 28日(火) 13:00~15:00 | 社会福祉協議会 備 問 (☎72-2510) |
| | 16日(木) 13:00~15:00 | 防災センター 備 問 (☎72-1102) |
| | 20日(月) 13:00~15:00 | 保健センター 3階 問 (☎64-1800) 電話相談可 |
| 一般相談 | 毎週(木) 13:00~15:00 | 社会福祉協議会 備 問 (☎64-3033) 電話相談可 |
| 行政相談 | 備前地域対象 20日(月) 13:00~15:00 | 保健センター 3階 問 (☎64-1800) |
| | 吉永地域対象 15日(水) 10:00~12:00 | 吉永地域公民館 問 (☎84-2512) |
| ※日生会場の行政相談はお休みさせていただきます。備前・吉永会場をご利用ください。 | | |
| 子育てに関する相談 | すこやか相談室 妊娠・出産・子育て | 市役所勤務日 と同一 保健センター 1階 問 (☎64-3896) |
| | 育児相談 | 月~金曜日 10:00~17:00 子育て支援センター 問 (☎63-9121) 面談可 |
| | 児童相談 | 毎週(月)(水)(金) 祝日は除く こども課こども福祉係 問 (☎64-1825) |
| | 青少年育成 電話相談 | 市役所勤務日 と同一 青少年育成センター 問 (☎64-4158) |
| | 子育て なんでも相談 | 随時受付 (土)(日)祝日を除く 社会福祉協議会 備 問 (☎64-3033) 要予約 |
| 住宅相談 | 20日(月) 13:00~15:00 | 保健センター 3階 問 (☎64-1800) |
| 消費生活相談 | 市役所勤務日 と同一 | 市民課生活安全係 問 (☎64-1876) |
| 心の健康相談 | 15日(水) 14:00~16:00 | 総合保健施設 吉 問 (☎84-9113・64-1820) 要予約、訪問相談可 |
| 高齢者職業相談 | 市役所勤務日 と同一 | 高齢者職業相談室 問 (☎63-2663) |

宝くじ助成事業で 防災倉庫を整備



(財)自治総合センター宝くじ助成事業により、伊部地区の浦伊部南防災会が防災倉庫と防災用品を整備しました。



宝くじ助成事業で 整備



(財)自治総合センターの宝くじ助成事業により、頭島町内会連合会(日生)が祭用櫓および音響設備を整備しました。

