まちのイメージを発信

市のキャッチコピー募集

市は、来年4月に市制施行20周年を迎えます。

20年の節目を迎えるにあたり、市のイメージを発信するキャッチコピーを募集します。伸びゆくふるさとへの愛着と期待を込めた、京田辺の個性・魅力を表すフレーズをお寄せください。

採用作品は市制施行20周年記念式典で表彰し、賞金2万円と副賞を差し上げます。

応募資格＝市内に在住・通勤・通学する人

内容＝▼30字以内（副題がある場合は副題も含む）▼「京田辺（ひらがな・カタカナ・ローマ字表記も可）」の文字が入っている▼20周年以降も継続して使用できる

特定の個人・団体などを連想させるものを除きます。また、採用作品の著作権など一切の権利は市に帰属します。

応募方法＝はがき・FAX・電子メールに、キャッチコピー・作品の説明・氏名（ふりがな）・住所・電話番号・勤務先または学校名（市外の人）を書いて、応募してください

しめきり＝4月28日㈭（必着）

応募・問合せ先＝秘書広報課（〒610・0393〈住所不要〉、☎64・1320、FAX62・3830、メールアドレス mayor@kyotanabe.jp）

たとえば…　他自治体のキャッチコピー例

▼うどん県。それだけじゃない香川県（香川県）

▼古都のむこう 魅力のふるさと（向日市）

▼子育てするなら、大都市よりも大東市。（大阪府大東市）

なごみ伝言板

作・南　久美子

【夜桜ライトアップ】

児童増加の三山木小学校

新校舎の完成祝う

三山木小学校西校舎の新築工事が完了し、3月15日、完成を祝う会を行いました。

同小学校では児童数の増加に対応するため、平成26年度から校舎の増築を進めています。この日、石井市長・児童代表などがテープカットを行い、新しい学びやがお披露目となりました（＝**写真㊧**）。

新校舎には普通教室のほか、図書室や床材に京都府産木材を使った多目的教室などがあります。新学期には、真新しい校舎で学ぶ元気な三山木っ子たちの笑顔が見られそうです。

元気の秘けつは運動と食事

ピンピン教室

健幸パスポート 2Pt

市は、ピンピン教室「運動編」・「調理編」の参加者を募集します。

いつまでも健康で過ごすためには、適度な運動とバランスの良い食事が欠かせません。運動が苦手な人でも楽しめる運動編と、体の中から若返る調理編に参加して、ピンピン元気な体をつくりましょう。

日時・内容・場所・定員＝左表のとおり

対象＝市内に在住する65歳以上の人

申込方法＝電話で申し込んでください。初めての人を優先し、多数の場合は抽選します

しめきり＝4月20日㈬

申込・問合せ先＝健康推進課（☎64・1335）

運動編

時間：午前10時～11時30分
場所：老人福祉センター宝生苑　定員：20人

日にち	内容
5月11日㈬	健康長寿の秘けつ・太極拳
5月25日㈬	認知症予防・太極拳
6月8日㈬	脳トレゲーム・太極拳
6月22日㈬	“生涯おいしく食べる！”お口ケア講座
7月13日㈬	“食べて細胞イキイキ！”栄養講座
7月27日㈬	太極拳・修了式

調理編

時間：午前10時～午後1時30分
場所：中央公民館　定員：15人

日にち	内容
5月10日㈫	お料理すると「脳力」アップ
5月24日㈫	バランス食で「若返り！」
6月7日㈫	おいしい薄味・血管ニコニコ
6月21日㈫	やってみよう！計画・実践！

京田辺発 健幸 食改いきいきレシピ

たけのこのみそ炒め

市は、「健康」「幸せ」をキーワードに健康づくり事業を行っています。

市特産の山城たけのこは、ほのかな甘さと柔らかな食感が特徴。炒めてみそを絡めることで香ばしさが増し、ごはんのおかずやおつまみにもぴったりです。

問合せ先＝健康推進課（☎64-1335）

材料（2人分）

	ゆでたけのこ	中1本（約200g）
	サラダ油	大さじ1/2
A	みそ（減塩）	大さじ1と1/2
A	砂糖	大さじ1
A	みりん	大さじ1
	だし汁	200cc
	粉さんしょう	適量

【作り方】

①たけのこは、穂先を縦に6等分、それ以外は厚さ0.5～1cmの半月に切り、よく洗う。

②Aを混ぜ合わせる。

③鍋にたけのことだし汁を入れ、中火で5分ほど煮て、ざるにあげる。

④フライパンに、サラダ油とたけのこを入れて軽く炒め、❷を入れて絡める。

⑤器に盛り、粉さんしょうを振る。あれば木の芽を添える。

調理のコツ

★たけのこにAを絡めるときに、ソテーした鶏肉や野菜を加えると、ボリューム満点のメイン料理になります。

★炒めるときに、軽く焼き目を付けるように焼くと、香ばしさが増しておいしくできあがります。

栄養価（1人分）	エネルギー	たんぱく質
	123kcal	5.2g
カルシウム	塩分	脂肪
31mg	1.2g	4.0g

PRESENT Quiz クイズ

ヒントは広報紙の中に!!

美しく○格のあるまち

はがきに次の質問の回答と郵便番号・住所・氏名・年齢・日中連絡がつく電話番号を書いて郵送してください。応募は広報紙のほか、京田辺市eモニター（たなモニ）でも受け付けています。

①「○」に入るクイズの答え
②興味を持った記事と感想
③分かりにくかった記事
④今後取り上げてほしい企画やご意見など

正解者の中から抽選で1名様に、TOJ公式デザインのサコッシュ（補給食などを入れる袋）をプレゼントします。

個人情報は賞品の発送のみに使用します。

安田大サーカス・団長のサイン入りTOJ公式グッズ（サコッシュ）　1名様

また、いただいた意見や感想は広報紙などで紹介する場合があります。なお、ご意見に対する個別回答はできません。

当選発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

しめきり＝4月15日㈮（当日消印有効）

応募・問合せ先＝秘書広報課（〒610-0393〈住所不要〉、☎64-1320）

先月号の答え：防「災」情報メール