

参加者募集

楽しく走って体カづくり マラソン大会

【申込期間】8月6日(月)～9月7日(金)

【申込・問合せ先】〒610-0313 社会体育協会 ☎29-9008、PM 62-1534、メールアドレス jmkkyokai@yotanabe-tanay.jp

種目	対象
3km	小学生 男子・女子 小学校4～6年生 中学生 男子・女子 中学生 一般 男子・女子 15～49歳(中学生を除く)
10km	一般 男子・女子 15～49歳(中学生を除く) 壮年 男子・女子 50歳以上
2km	ファミリーペア 小学校1～3年生と保護者

【参加費】小学生600円、中学生1千100円、高校生以上(3km)：1千800円、10km(2km)：1千000円、ファミリーペア(1組)1千600円

【申込方法】申込書に参加費を添えて持参するか、田辺中央体育館、中央図書館、北部・中部住民センターなどにあるパンフレットに付属の振込用紙で参加費を振り込んでください。申し込み者は1回2,000円

【大会内容】9月9日(日)14時～15時(小学生)、10月6日(日)14時～15時(中学生・高校生)

【大会場所】田辺中央体育館、中央図書館、北部・中部住民センターなどにあるパンフレットに付属の振込用紙で参加費を振り込んでください。

子どもの主張大会

あなたの夢や思い伝えよう

作文・子どもスタッフ・自画像募集

【作文募集】市・教育委員会は、12月2日(日)に開く子どもの主張大会の発表者と、大会を盛り上げる子どもスタッフ・自画像を募集します。日ごろ考えていること、将来の夢などを発表しませんか。

【子どもスタッフ募集】対象は市内に在住する小学生・中学生。作文・自画像を募集し、大会当日は、会場にも掲示します。

【自画像募集】対象は市内に在住する小学生・中学生。作文・自画像を募集し、大会当日は、会場にも掲示します。

【作文募集】市・教育委員会は、12月2日(日)に開く子どもの主張大会の発表者と、大会を盛り上げる子どもスタッフ・自画像を募集します。日ごろ考えていること、将来の夢などを発表しませんか。

【子どもスタッフ募集】対象は市内に在住する小学生・中学生。作文・自画像を募集し、大会当日は、会場にも掲示します。

【自画像募集】対象は市内に在住する小学生・中学生。作文・自画像を募集し、大会当日は、会場にも掲示します。

9/5 同志社女子大生がフルートの四重奏を披露

市民ふれあいロビーコンサート

【日時】9月5日(水) 午後0時20分～0時50分

【場所】市役所2階市民ロビー

【出演】PORTE-BONHEUR (ポルトボヌール)

【曲目(予定)】千と千尋の神隠しメロデー、魔女の宅急便メロデーなど

【問合せ先】企画調整室 ☎64-1310

ちょっと待った! その契約

実践 消費生活相談の現場より

【事例】「訴訟の告知」「差し押さえのお知らせ」など不安をあおる言葉が並ぶはがきが届いた。どうしたら良いのか分からない。

【被害防止のポイント】これは架空請求の詐欺はがきです。「法務省管轄支局○○センター」「消費生活センター」など公的な機関を名乗り、期限までに連絡しないと「訴訟を開始する」「給料や不動産を差し押さえる」などと不安をあおる内容が書かれています。

【相談・問合せ先】消費生活センター(産業振興課内) ☎63-1240、平日午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く) ▼田辺警察署 ☎63-0110

カナダの生活あるある

⑨夏休みの定番スポット

【Hello! Bonjour! 国際交流員(CIR)のホー・イチン(愛称メリー)です。今号は、バンクーバーで唯一の遊園地・Playland(プレイランド)を紹介いたします。

【相談・問合せ先】消費生活センター(産業振興課内) ☎63-1240、平日午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く) ▼田辺警察署 ☎63-0110

Hello! Bonjour! 国際交流員(CIR)のホー・イチン(愛称メリー)です。

⑨夏休みの定番スポット

【Hello! Bonjour! 国際交流員(CIR)のホー・イチン(愛称メリー)です。今号は、バンクーバーで唯一の遊園地・Playland(プレイランド)を紹介いたします。

【相談・問合せ先】消費生活センター(産業振興課内) ☎63-1240、平日午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く) ▼田辺警察署 ☎63-0110

メリーと一緒にバンクーバーを作って、カナダと台湾の文化を学ぼう!

【相談・問合せ先】消費生活センター(産業振興課内) ☎63-1240、平日午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く) ▼田辺警察署 ☎63-0110

【相談・問合せ先】消費生活センター(産業振興課内) ☎63-1240、平日午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く) ▼田辺警察署 ☎63-0110

入園説明会

参加は自由です。

【市立幼稚園】日中は9月4日(火)・5日(水) 時間=午前9時30分～11時30分 5日(水)の三山木・普賢寺幼稚園は午後1時～3時。

【こもれび】幼稚園・保育所枠両方の希望者を対象に開きます(保育所枠は同志社山手地区以外に在住する子どもでも申し込みできます。保育所の入所案内は9月頃の予定です)。

【預かり保育】市立幼稚園では、午前8時から午後6時までの預かり保育を行っています。費用は、定期利用が月額7,000円、一時利用が1時間100円(1日最大500円)です。

幼稚園名	年齢	募集人数	電話番号
松井ヶ丘幼稚園	3歳児	30人	62-8887
大住幼稚園		60人	62-7405
新幼稚園		40人	63-1911
田辺幼稚園		60人	62-3498
田辺東幼稚園		20人	62-4341
草内幼稚園		40人	62-7000
三山木幼稚園		30人	63-0077
普賢寺幼稚園	20人	65-0111	
こもれび(こども園)	3～5歳児	各20人	63-2335 (みづく保育園)

※市立幼稚園の4・5歳児の募集人数は、各園に問い合わせてください

9/13・14 申し込み 入園希望を受け付け

市立幼稚園・認定こども園

【対象】本市に住民登録のある次の子ども

【募集人数】下表のとおり

【保育料(月額)】市立幼稚園：上限7千円、こもれび：上限7千円(予定)

【申込方法】市立幼稚園：8月30日(木)以降に、学校教育課・市立幼稚園・教育委員会ホームページにある願書を各小学校区内の幼稚園に提出してください。

【問い合わせ先】市立幼稚園：学校教育課 ☎64-1392、各幼稚園：こもれび ☎64-1350、みづく保育園 ☎63-2335

京たな de 子育て

【親子ふれあいあそび】9月10日(月) 午前10時～11時 大住児童館

【親子ひろば(全7回)】9月12日(水)～12月5日(水) 南山こどもセンター

【わいわい広場】9月11日(火) 午前10時～11時30分 中央公民館

【はいはいサロン】9月18日(火) 午前10時30分～11時30分 三山木福祉会館

9月のBCG集団接種日程

標準的な接種月齢	日にち	受付時間
生後5～8カ月	4日・25日(火)	午後1時15分～2時

【問い合わせ先】健康推進課 ☎64-1335

京田辺発 健康 食改い さいきい レンジ

【材料(2人分)】だし 120cc、減塩みそ 小さじ2、豆乳(無調整) 120cc、木綿豆腐 1/2丁、ナス 1/2個、アボカド 1/4個、キュウリ 1/3本、塩 適量、ミニトマト 6個、大葉 2枚、白すりごま 小さじ2強、レモン 適量、パルメザンチーズ 小さじ1、オリーブオイル 適量

【作り方】①だし昆布と干しシイタケを7～8時間水に浸し、だしを取る。②だしにみそを溶き入れ、豆乳を混ぜる。③水切りした豆腐を一口大に切る。④ナスは竹串で全体に穴を明け、へたをつけたままラップで包み、レンジ(600W)で2分加熱し粗熱をとる。へたを取って縦に4等分に、2～3cmに切る。⑤アボカドは乱切りにしてレモン汁を振る。⑥キュウリは薄い輪切りにし、塩を少々振り、軽く水気を絞る。⑦ミニトマトは縦半分にする。⑧⑨を⑦を器に盛り付け、千切りにした大葉とすりごまをトッピングする。⑩⑪に⑫を注ぎ、お好みでレモン・パルメザンチーズ・オリーブオイルを加える。

栄養価(1人分)

エネルギー	たんぱく質
180kcal	10.4g
脂質	カルシウム
10.3g	160mg
塩分	0.7g

【調理のコツ】★熱いだしと冷たい豆乳を混ぜるとグマになるので、どちらも冷たいまま合わせます。★ナスはへたを付けたまま加熱すると、色がきれいに仕上がります。

健康レシピがもっと身近に! レシピサイト「クックパッド」(http://cookpad.com)にも作り方を掲載。