

朝日町 献血のお願い

9月22日(水)

9:30~11:00
保健福祉センター
11:30~13:30
東芝 三重工場(※)



体重が50kg以上、年齢が18歳~69歳の方
(65歳以上の方は60~64歳の間に献血経験がある方に限る)

- *400ml献血にご協力をお願いいたします。
 - *採血にかかる時間は、10分から15分です。
 - *内服中の方は、薬名のわかる物をお持ちください。
- (※)社員の方を対象とさせていただきます。

身体障がい者巡回相談について

身体障がい者の補装具の交付・修理の要否、手帳など相談並びに一般更生相談を下記日程で行います。希望の方は、9月17日(金)までに町民福祉課(377-5653)までお申し込みください。

1. 日時・場所

平成22年10月7日(木) 受付13時から14時まで
川越町いきいきセンター
平成22年10月28日(木) 受付13時から14時まで
菰野町保健福祉センター けやき

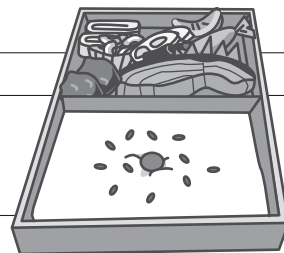
2. 内容

整形外科(肢体) 補装具の交付・修理の要否、手帳や身体障がいなどの医療相談
耳鼻科(聴覚) 補装具(補聴器)の交付要否判定、手帳や聞こえなどの医療相談

「配食サービス」後期の申請を受け付けます

配食サービスの申請を下記のとおり受け付けいたします。

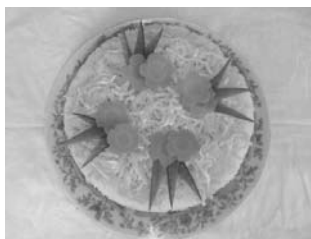
さわやか配食サービス及び給食ボランティア	
対象となる人	※ひとり暮らしの高齢者及び高齢者のみの世帯又は傷病等の理由で食事の調理が困難な方 ※近隣に扶養義務者がいない方 ※民生委員が特に必要と認めた方
サービスの期間	平成22年10月6日~平成23年3月30日まで
サービスの種類	1. 第3水曜日を除く毎週水曜日 2. 毎月第3水曜日のみ 3. 毎週水曜日
個人負担	1食あたり300円
申請方法	平成22年9月17日(金)までに町民福祉課設置の用紙にて申請してください。



※問い合わせ先 町民福祉課 377-5652

朝日町食生活改善推進協議会 クッキングブラザ

デコレーションすし



親子でお料理に
チャレンジしてみませんか?

材料(4人分)

ごはん 800g
(合わせ酢)
酢 大さじ2 1/2
砂糖 大さじ1
塩 小さじ1/2
とりひき肉 100g
にんじん 60g
A [砂糖 小さじ2
しょうゆ 大さじ1
さやえんどう 40g
たまご 2個
B [砂糖 小さじ1
塩 少々
サラダ油 小さじ1

作り方

- ①ごはんが熱いうちに(合わせ酢)を混ぜ、酢飯をつくる。
- ②にんじんは型抜きしてゆで、残りはみじん切りにする。
- ③さやえんどうはすじを取ってゆで、4枚はななめ半分に切り、残りはせん切りにする。
- ④フライパンを熱し、ひき肉とみじん切りにしたにんじんを入れて炒め、Aで調味し、そばろをつくる。
- ⑤卵はよくほぐし、Bを加える。フライパンに油を熱してうす焼きにし、せん切りにする。
- ⑥型に、半量の酢飯、④、せん切りのさやえんどう、残りの酢飯、⑤の順につめてラップをして押す。
- ⑦型とラップをはずし、残りのにんじんとさやえんどうをかざる。