

2月のカレンダー

日	行政情報	保健センター情報
1	市民防火の日 税務専門相談 午後1時~4時30分 商工会館	乳児前期健診 午後1時15分~2時45分 トレーニング講習会 ■日時 2月9日(水)午前10時~11時15分 ■場所 市民体育館 ■対象 18歳以上の男女 ■定員 20人 ■申込 2月4日(金)午前9時から受付(ただし、午前9時の時点で20人以上の場合は、抽選を行います) ※受講料1,000円と顔写真(3×2.5cm)を持参してください 市民体育館 ☎932-5011
2	消費生活相談 市民相談室	
3	年金相談 市民相談室 育児相談 第4保育所 相続登記に関する無料相談 午後1時~4時 福祉会館	健康体操 午前9時30分~11時30分 腰痛・肩こり体操 午後1時30分~3時
4	育児相談 第2保育所	マタニティスクール 午後1時20分~4時 からだまるごと健康教室 午後1時30分~3時30分 市民温水プール
5	むこう愛菜市 2月5日(土)午前9時~ 保健センター	困りごと相談 2月8日(火)午前10時~午後3時 福祉会館 相 談 内 容 「人権相談」 人権等の問題 「行政相談」 市等の仕事への意見・要望等 「民生相談」 家庭内の民事問題等
6	市民温水プール からのお知らせ 2月6日(日)は水泳記 録会のために、一般 利用はできません。	
7	無料法律相談 午前9時~正午 (予約日 3日午前9時)	腰痛・肩こり体操 午前10時~11時30分 健康相談 午後1時30分~3時30分
8		離乳教室 午前9時15分~11時30分 からだまるごと健康教室 午後1時30分~3時30分
9	消費生活相談 市民相談室	リハビリ体操 午前9時30分~11時30分
10	年金相談 市民相談室 育児相談 第4保育所	健康体操 午前9時30分~11時30分 1歳9か月児健診 午後1時15分~2時45分 腰痛・肩こり体操 午後1時30分~3時
11	ワンポイントアドバイス (市民温水プール) 2月5日(土) 午前10時30分~11時45分 2月18日(金) 午後2時30分~3時45分 2月21日(月) 午後6時30分~7時45分	無料法律相談 日時 2月7日(月)午前9時~正午 場所 市民相談室 定員 6人 2月3日(木)午前9時~電話で予約 秘書広報課(内線251)
12		巡回無料法律相談 日時 2月14日(月)午後1時~3時 場所 市民相談室 定員 4人 2月10日(木)午前9時~電話で予約 秘書広報課(内線251)
13	臨時休館のお知らせ 2月28日(月) 向日市民温水プール ☎931-5277	
14		腰痛・肩こり体操 午前10時~11時30分 健康相談 午後1時30分~3時30分
15	経営専門相談 午後1時~4時30分 商工会館 困りごと相談 午前10時~午後3時 福祉会館	ツベルクリン反応 午後2時~3時20分 乙訓特設人権相談(2月) ■向日市■ 8日・22日午前10時~福祉会館 ■長岡京市■ 8日・18日午前10時~市役所市民相談室 ■大山崎町■ 10日・18日・25日午後1時30分~役場相談室 いずれかの相談所へお越しください。
16	消費生活相談 市民相談室	からだまるごと健康教室 午後1時30分~3時30分

- 消費生活相談は午後1時~4時■
- 年金相談は午前10時~午後4時■
- 育児相談は午前10時~午後3時■

■材料/4人分■
 かぶ・・・400g チキンコンソメ・・・8g
 たまねぎ・・・160g 水・・・3.5カップ
 米・・・30g 牛乳・・・150cc
 バター・・・20g 塩・こしょう・・・少々
 パセリ・・・少々

■作り方■
 ①かぶは皮をむいて1cm幅の半月切りにする。
 ②たまねぎは薄切りにしてバターでいためた後、洗った米と①を入れ3.5カップの水で煮る。
 ③②が柔らかくなったら少し冷まして汁ごとミキサーにかける。
 ④③を鍋にうつし、チキンコンソメで味つけし、牛乳を入れ、塩、こしょうで味をととのえる。
 ⑤みじん切りのパセリを出来上がったスープに散らす。

■エネルギー124Kcal たん白質3.2g カルシウム87mg 塩分1.5g■

食生活改善推進員が勧める健康料理



体があたたまるスープ
かぶのポタージュスープ



- ▶冷泉布美子が語る京の雅~冷泉家の年中行事~
冷泉布美子筆 集英社
- ▶関西歴史の道を歩く
高木美千子著 TBSブリタニカ
- ▶心の自立
堀田力著 法研
- ▶物理はこんなに面白い 原康夫著 日本経済新聞社
- ▶食べるスープ&お手軽シチュー 婦人生活社
- ▶木と語る 佐野藤右衛門著 小学館
- ▶自転車散歩の達人 山川健一著 講談社
- ▶明日をうたう~命ある限り~
三浦綾子著 角川書店

新着図書のご案内
 向日市立図書館 ☎931-1181
 一般図書

- ▶江戸よ語れ 海野弘著 河出書房新社
- ▶瑠璃色の石 津村節子著 新潮社
- ▶どこか古典派(クラシック) 中村紘子著 中央公論新社
- ▶地下墓地 ピーター・ラヴゼイ著 早川書房

わたしのすすめる エコライフ シリーズ⑥

小生は、第9期向日市政モニターを務めさせていただき、2年間にわたって市民の代表として市担当部所への提言をして参りましたが、今回「私のエコライフ」として一言提言します。

提言内容は、「環境システム・市民モニターの設置」についてです。我が国は1997年12月に「第3回地球温暖化防止京都会議」を国立京都国際会館において開催し、170以上の国や地域の代表、NGOなど約5千人以上が参加し、2000年以降の温室効果ガス排出抑制の数値目標など、温暖化防止に向けての国際的な取組について議論し、その一定の成果を評価されています。

その京都に近接する「向日市」としては、地球的環境保全や国家的環境保全だけでなく、地域的環境保全を重要課題として取組むべきであり、市民より多く「環境システム」に対する意見・提言を収集し、向日市の環境行政に反映させるため、「環境システム・市民モニター」の設置を提言します。

森本町 柳澤 明さん