

## 今日からはじめる 減塩生活

健康な生活を送るためには、毎日の食事が大きな力を与えています。

ごはんのみそ汁は、私たちの食事の定番ですが、栄養的にも素晴らしい組み合わせです。今回は、みそ汁を洋風に仕立てました。バター風味とコクの深さは寒い季節にぴったりです。

**バターみそ汁** (84Kcal、塩分1.1g/人)



**うす味のヒント!**  
バターの風味とコクを利用する(とりすぎに注意)

- 【材料2人分】**  
 じゃがいも…80g 玉ねぎ…30g  
 だし汁…320cc みそ…16g  
 パセリのみじん切り…適量  
 バター…小さじ2
- 【作り方】**  
 ①じゃがいもは、いちよう切り、玉ねぎは繊維を断ち切る方向に細切りする。  
 ②鍋に、だし汁と①を入れ、軟らかくなるまで煮る。  
 ③みそを溶き入れ、バターを落として、パセリを振る。
- 問** 健康福祉課 管理栄養士 ☎52-5852(直通)



**小・中学校特別支援学級等  
学習成果発表会inやつしろ**

八代管内の公立小・中学校特別支援学級および八代養護学校に在籍している児童生徒の日ごろの学習の成果発表を通して、参加者相互の交流を深めるとともに、広く

**問** ハローワーク八代職業紹介部門  
☎31-8609

・熊本県社会福祉協議会による福祉のお仕事についての相談コーナー  
 ※事前申込は不要です。複数の事業所の説明を聞いたり、応募をすることができまますので、履歴書は複数枚用意されることをお勧めします。

**高血圧予防講座**

高血圧予防のための料理のコツや生活のヒントを氷川町食生活改善推進員と管理栄養士が丁寧に伝授します。血圧が気になる人はぜひご参加ください。

**日時** 11月27日(水) 9時30分～13時

**場所** 氷川町公民館 和室・調理室

**参加費** 200円

**申込方法** 電話により、氏名・住所・電話番号をご連絡ください。

**申込期限** 11月20日(水)

**持参品** エプロン、三角巾、筆記用具

**問** 健康福祉課 保健師・管理栄養士  
☎52-5852(直通)

## 募集

**介護就職デイ就職面接会**

介護事業所の人材確保と介護の仕事をお探しの人の就職機会の確保を目的として、就職面接会を行います。

**日時** 11月11日(月) 13時30分～15時30分  
(受付は13時から)

**場所** やつしろハローワーク1階多目的ホール

**内容** ・ハローワーク八代および水俣管内の介護職種の求人事業所(15社程度予定)との就職面接会

・熊本県社会福祉協議会による福祉のお仕事についての相談コーナー  
 ※事前申込は不要です。複数の事業所の説明を聞いたり、応募をすることができまますので、履歴書は複数枚用意されることをお勧めします。

**日時** 11月11日(月) 13時30分～16時

**場所** 八代市鏡文化センター

**内容** ・ステージ発表 歌、踊り、合奏など  
 ・展示発表 絵、工作、習字など

**問** 八代教育事務所 里永  
☎33-7186

**◆実施期間** 11月18日(月)～24日(日)

**◆受付時間** 11月18日(月)～22日(金) 8時30分～19時  
 11月23日(土)・24日(日) 10時～17時

**◆相談内容および専用電話番号**  
 夫・パートナーからの暴力(DV)、職場などにおけるセクシュアル・ハラスメントなど女性をめぐるさまざまな人権問題  
 ☎0570-070-810

※熊本地方法務局では、8時30分から17時15分まで、常時、同じ専用電話番号で相談に応じています。

**◆全国一斉「女性の権利ホットライン」**

女性をめぐるさまざまな人権問題の解決を図る人権相談活動を強化するため、全国一斉「女性の権利ホットライン」強化週間を設け、電話相談窓口を設置します。秘密は厳守しますので、ご利用ください。

**◆お申し込み・お問い合わせ先**  
 八代北部浄化センター  
 ☎67-7335

**◆そのほか**

**「黄色い風車」運動**

熊本県では「世界道路交通事故犠牲者の日」、「犯罪被害者週間」に合わせ、過去3年間に県内で発生した交通事故死亡事故の現場に、運動の統一アイテムとして「黄色い風車」を掲示します。

この運動は、悲惨な交通事故を決して風化させることなく、尊い命を絶たれた犠牲者からの事故根絶を願う声なき声を「黄色い風車」に託して社会に伝えるとともに、ご遺族に対する支援意識の高揚を目的として実施するものです。

**◆運動期間** 11月15日(金)～12月1日(月)

**問** 総務課 生活安全推進係  
☎52-7111

**◆県下一斉筆界特定相談所**

土地の境界問題に関するお悩みについて、法務局職員、土地家屋調査士が相談に応じます。

相談は予約制で費用は無料です。秘密は固く守られますので、お気軽にご相談ください。

**日時** 11月10日(日) 10時～15時

**場所** 熊本地方法務局八代支局1階

**◆ご予約・お問い合わせ先**  
 熊本地方法務局八代支局  
 ☎32-2654

**◆浄化センターを見学して堆肥をゲットしませんか。**

八代北部浄化センターでは、施設見学会を行います。

**日時** 11月12日(火)～11月22日(金) 平日 10時～15時

**◆対象** 氷川町、八代市にお住まいの人

**◆定員** 1日につき60人程度

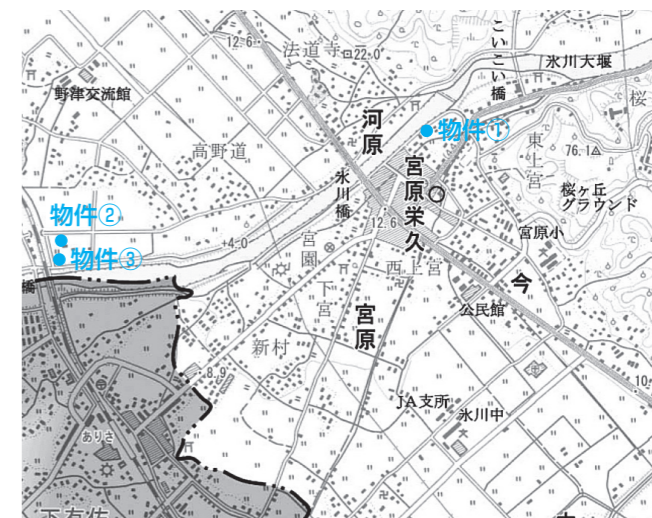
**◆費用** 無料

※見学者には生ごみなどを発酵さ

## 町有財産(土地)の売り払い実施

入札により町有財産(土地)の売り払いを行います。入札物件や概要は次のとおりです。

入札日時	平成26年1月14日(火) 10時から
入札会場	役場2階 中会議室
入札の方法	一般競争入札(期日入札)
入札物件	①氷川町宮原字若宮761番3 雑種地34㎡ ②氷川町野津字中古川4741番2 田 1177㎡ ③氷川町野津字中古川4746番 田 545㎡
予定価格 (最低売却価格)	①202,632円 ②522,517円 ③241,947円
申込受付期間	11月1日(金)～平成26年1月9日(水)17時まで



※入札に参加希望の人は、入札案内書を企画財政課で配布します。  
 ※入札物件で農地の場合は、申し込みの際に「買受適格証明書」が必要となりますので、農業委員会へ証明書の交付申請を行ってください。

お問い合わせ先 企画財政課 財政係 ☎52-5850(直通)