

子ども喜ぶ 人気メニュー



『切り干ししょうゆ漬け』



- 材料（4人分）
- 切り干しダイコン.....15 g
 - ニンジン★.....20 g
 - キュウリ★.....40 g
 - さきいか.....10 g
 - 白ゴマ.....5 g
 - 塩昆布.....5 g
 - 酢.....小さじ1
 - 塩.....少々
 - しょうゆ.....少々
 - 三温糖.....小さじ1
- ★は奥州産食材です

作り方

- 切り干しダイコンを水で戻し、3センチくらいの長さに切る。ニンジンは千切りにする。それぞれゆでて冷ましておく
- キュウリは千切りにして塩を振る。さきいかは細かく刻む
- ①と②の水気を切ったら、Aを混ぜて味を調える。よく和えたら出来上がり

※切り干しダイコンは、サラダにしたり、卵焼きに入れるのもお勧めです

今月のおいしい顔



東水沢保育園のみんな

悪質商法被害にあわないために

Q 最近、高齢者を狙った振り込め詐欺や悪質商法が多く、不安な毎日を送っています。高齢者がトラブルに巻き込まれないように、老人クラブなどで教えてもらえませんか。

（市内60代男性）

このコーナーでは、普段の生活で実際に相談があった事例から、その対処法などを紹介します。

らの相談を受けて、法律や消費生活トラブル、多重債務などの悩み解決に向けて支援を行っています。その活動の一つに、老人クラブや婦人会・自治会などを対象とした出前講座があります。

出前講座では、依頼された団体へ無料で講師を派遣し、消費生活に関する知識や悪質商法への対応策を紹介します。

23年度は11回開催し、延べ

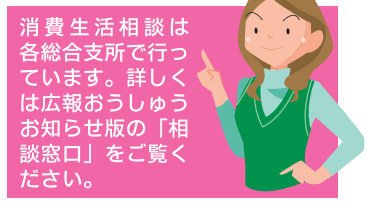
420人が参加しました。水沢区の老人クラブでは「おれおれ詐欺の被害防止」をテーマに開催。警察官をかたったキャッシュカード詐欺の寸劇鑑賞や、おれおれ詐欺で実際に掛かってきた電話の録音テープを公開しました。被害を防ぐポイントとして「慌てない」「相手の電話番号を聞いて、家族に確かめる」などを紹介し、参加した皆さんに防犯への理解を深めていただきました。

出前講座では、寸劇やクイズを交えて新しい事例を紹介するなど、楽しく参加できるように工夫を凝らしています。

でも、ぜひご利用ください。

（本庁市民課総合相談室）

消費生活相談 Q&A



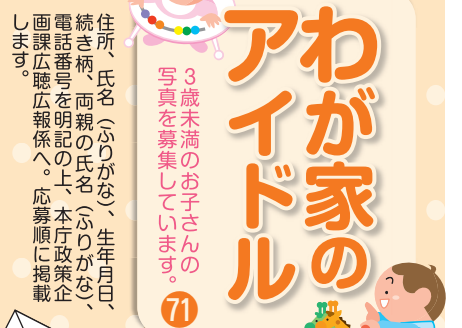
消費生活相談は各総合支所で行っています。詳しくは広報おうしゅうのお知らせ版の「相談窓口」をご覧ください。



鈴木慧ちゃん（1歳7カ月）
川前沢区字高畑II
（修さん・美由紀さんの長男）



高橋風花ちゃん（5カ月）
川水沢区字土器田II
（悠里さん・苑美さんの長女）



右：佐藤沙希ちゃん（1歳8カ月）
川水沢区字多賀II
（和樹さん・佑子さんの長女）



奥州市長 小沢昌記

子どもでて 広場

Child-nurturing plaza

おうしゅう子育てガイド→<http://www.city.oshu.iwate.jp/hm/kosodate/>

そんな時の心強い味方です。あらかじめ会員登録をしていけば、いざという時に利用することが出来ます。

また、子育てが一段落した人や、子どもが大好きで子育て支援をしたい人の登録も受け付けています。ぜひ登録をお願いします。

児童の送迎も安心して任せられます

■援助活動内容の例

- ・保育施設への送迎
- ・保育施設の保育開始前や終了後の預かり
- ・小学生の放課後の預かり
- ・買い物、通院、行事、冠婚葬祭時の預かり

■利用時間・料金

【平日】

- 午前7時～午後7時
- 1時間当たり500円

【土、日、祝日】

- 午前7時～午後7時
- 1時間当たり600円

※きょうだいを同時に預ける場合は、2人目以降が半額

※次の場合は、右記の利用料金に加算があります

【規定時間外の利用】

- 1時間当たり100円
- 【病児・病後児の場合】1時間当たり100円

■会員登録方法

お住まいの区のファミリーサポートセンターにお問い合わせください

■入会金、年会費 不要です

■問い合わせ・手続き先

- 【水沢区・胆沢区】市社会福祉協議会（市総合福祉センター内 ☎ ☎ 6309）
- 【江刺区】市社会福祉協議会江刺支所（江刺総合コミュニケーションセンター内 ☎ ☎ 8081）
- 【前沢区・衣川区】市社会福祉協議会前沢支所（前沢老人福祉センター内 ☎ ☎ 2148）



おうしゅう 羅針盤

風薫る五月となりました。皆さんいかがお過ごしですか。市に春の到来を告げる祭りとして、先月の前沢春まつりを皮切りに、日高火防祭、江刺甚句まつりがゴールデンウィークに開催され、その全ての祭りに参加しました。

昨年は東日本大震災のため、日高火防祭はやむなく神事のみを実施し、前沢春まつりと江刺甚句まつりは延期しての開催となりました。2年ぶりに例年どおりの開催となったこともあり、どの祭りもいつにも増して大盛況で、市の活性化につながったと思います。

日高火防祭では、厄年連の花車が初の人力となりましたが、無事運行されてほっとしています。また、江刺甚句まつりでは、2年ぶりに町内屋台が出揃いました。私もパ

リードに参加しただけではなく、御輿を担がせていただくなど、楽しい時間を過ごしました。

いつもの祭りをいつもどおりに開催できることを、ことほどありがたく感じたことはありません。ご協力いただいたすべての皆さんに、心から感謝を申し上げます。

25歳と42歳の厄年連、年祝連の皆さんには、伝統的な祭りを大いに盛り上げていただきました。この大きなエネルギーを、市が発展するための原動力につなげていきたいと考えています。

さて、今月7日から市政懇談会が始まりました。「協働のまちづくり」をテーマとして、市内30カ所の地区センターを会場に開催します。自由懇談の時間もありますので、より多くの市政に対するご意見をいただけるものと期待し、皆さんの参加をお待ちしております。

奥州市長 小沢昌記