

[Vol.143] 子どもの安全な居場所「放課後子ども教室」

学校の授業を終えた子どもが地域の中で安心・安全に過ごせるよう、市では「放課後子ども教室」を市内12カ所で開設しています。

各教室では、遊具や本などを用意しており、自由に利用することができます（一部の教室では利用登録が必要）。また、地域の皆さんの協力により、文化活動やスポーツなど、教室ごとに特色ある活動も実施しています。

詳しくは、お近くの教室へお問い合わせください。

スタッフ募集！

子どもたちを見守るスタッフを募集しています。興味のある人はぜひご連絡ください。

■問い合わせ 本庁生涯学習スポーツ課生涯学習係（江刺総合支所・☎34-2497）

	名称	開設場所	開設曜日
水沢	水沢放課後子ども教室	パステルハウス	火・木・金・土・日
	水沢南放課後子ども教室	ホワイトキャンパス	月・水・木・土
	常盤放課後子ども教室	常盤小学校	木
江刺	マナーピア一本松	岩谷堂小学校	月～金
	人首放課後子ども教室	米里地区センター	月～金
	やながわ放課後子ども教室	江刺林業者等健康増進センター	火・木
	広瀬放課後子ども教室	広瀬地区センター	月・水・金
前沢	まえさわ放課後子ども教室	あすか南会館	月～金
	白山放課後子ども教室	旧白山児童館	月～金
	生母地区放課後子ども教室	旧赤生津小学校体育館、生母地区センター赤生津分館	月～金
	前沢いきいき子供教室	前沢いきいきスポーツランド	木
胆沢	南都田放課後子ども教室	南都田地区センター	木

子ども喜ぶ人気メニュー 115

トマトを加熱してリコピンの吸収率アップ！

『鶏肉のフレッシュトマトソース』



レシピ紹介：あゆみ園

材料（子ども4人分）

鶏もも肉 …… 1／2枚
タマネギ …… 1／4個
トマト（中） …… 1／2個
シメジ …… 1／4株
サラダ油 …… 小さじ1.5
「ケチャップ」… 大さじ1.5
A 顆粒コンソメ… ひとつまみ
塩 …… ひとつまみ
L 砂糖 …… ふたつまみ
パセリ …… 適量

栄養士から一言

トマトの酸味が苦手な場合は、④で最初にトマトのみをじっくり加熱すると酸味が和らぎます。

作り方

- ①鶏もも肉は一口大に切り、塩（分量外）を振って下味をつける。
- ②タマネギは薄切り、トマトは角切り、シメジは石づきを取ってほぐす。
- ③フライパンで油を熱して①を焼き、皿に盛る。
- ④同じフライパンで②を炒め、火が通ったらAを加えてひと煮立ちさせる。
- ⑤③に④をかけ、お好みでパセリを散らしたら出来上がり。

過去のレシピ一覧▶



広 告

もっと安心 ずっとおうしゅう

～みんなの輪で支える在宅医療と介護～

第54回 住宅改修で住みやすい家づくり

「玄関の段差で転びそうで怖い」「手すりを取り付けたい」…そんな悩みがあるときは、介護保険を利用して住宅を改修することができます。介護を必要とする人の転倒防止や不安の軽減、介護者の負担軽減にもつながります。介護保険を利用するためには、要介護認定を受ける必要があります。また、改修の着工前に市との協議が必要です。まずは介護支援専門員（ケアマネジャー）にご相談ください。

■介護保険の対象となる住宅改修 ①手すりの取り付け ②段差の解消 ③滑りの防止・移動の円滑化などのための床または通路面の材料の変更 ④引き戸などへの扉の取り換え ⑤洋式便器などへの便器の取り換え ⑥その他①～⑤に附帯する工事

■問い合わせ＝本庁長寿社会課介護給付係（☎34-2197）



■負担額 利用者の負担割合（1～3割）に応じて決定。いったん全額を施工業者に支払った後、市へ申請すると改修費用の7～9割を支給（対象となる改修費用の上限は20万円）

このほか、「高齢者及び障がい者にやさしい住まいづくり推進事業費補助金」制度があります（上限40万円）。要介護・要支援の認定を受けた人に加え、身体障がい者手帳1級～3級（3級の場合は下肢・体幹機能障がい）を持っている人も対象です。所得制限などの条件がありますので、ケアマネジャーにご相談ください。

住宅改修を利用して住環境を整え、住み慣れた自宅で快適な生活を送りましょう。

はい、こちら



総合相談室 (☎34-2915、FAX 24-1991)

消費生活相談

本庁総合相談室	月～金	9:00～17:00 (受付16:00まで)	前沢総合支所 市民福祉グループ 毎週火	10:00～15:00 要予約
江刺総合支所 市民生活グループ	毎週月	10:00～15:00 要予約	胆沢総合支所 市民生活グループ 毎週木	
			衣川総合支所 市民福祉グループ 毎週金	

お店で購入した商品、クーリング・オフできる？

Q. よく通っている店で健康食品を購入したのですが、家族に反対され、店に返品したいと伝えましたが断られてしまいました。クーリング・オフできないのでしょうか？

A. 売買契約は、事業者の「売ります」、消費者の「買います」という意思が合致したときに成立します。契約は口約束でも成立し、契約成立後はどちらかの一方的な都合でやめることはできません。解約したいときには、相手との話し合いで決めることとなりますが、一般的に消費者は事業者と比べて知識・経験・交渉力が少ない場合が多

いため、消費者を守るためクーリング・オフなどの法律上の制度があります。訪問販売や電話勧誘販売などで契約した場合、一定期間であれば無条件で解約できますが、今回のようにお店で対面して契約した場合や、通信販売で契約した場合には、残念ながらクーリング・オフ制度は使えません。ただし、売りに方に問題がある場合には解約できる場合もありますので、諦めずにご相談ください。

当コーナーは今回で最終回です。今までありがとうございました。今後も契約などのトラブルでお困りの際には、お気軽に当室までご相談ください。

広 告