

子ども喜ぶ 人気メニュー

栄養士
オススメ

『枝豆ハンバーグ夏野菜添え』



材料（5人分）

豚ひき肉★200 g
枝豆★25 g
タマネギ★50 g
パン粉大さじ2
卵1/2 個
生姜小さじ1/2
《あん》※1人分
だし汁 15cc に醤油、みりん、
片栗粉を各1 g 加え煮立てる
《付け合わせ》※1人分
ミニトマト★1 個
なす★10 g
塩・コショウ・オリーブオイル各適量
★奥州市産の食材です

作り方

- ① 枝豆を固ゆでし、さやから出しておく
- ② タマネギをみじん切りし、生姜をすりおろしておく
- ③ 豚ひき肉、パン粉、卵と②を合わせて練る
- ④ ③に枝豆を加え、形を整える
- ⑤ ④をフライパンでじっくりと焼く
- ⑥ お皿に盛りつけ、あんをかけ出来上がり

今月のおいしい顔



胆沢区愛宕保育園のみんな

国内のインターネット利用者は、総務省の23年度通信利用動向調査によると、9610万人を超えたといわれています。また、その数は、現在も増え続けています。

インターネットは、自分の知りたい情報を探すだけでなく、知らせたい情報を発信することや、たくさんの人と交流することが簡単にできるとても便利な手段です。その反面、事件やトラブルが多く発生しています。

インターネットの世界は、現実の人間社会と何が変わり



「地域安全情報」 インターネットのトラ ブルに注意しよう

ありません。犯罪などの被害に遭わないためには自己防衛の知識を持つことが大切です。

★利用する上でのリスク

インターネット上の情報は一瞬で世界中に広がります。情報を発信する場合は、自身の社会的責任や法的責任、リスクを十分に認識しましょう。

★自分の情報は厳重に管理

インターネットは国境がなく、しかも匿名性の強い世界です。自分のことを証明する

問い合わせ：市防犯協会（本庁生活環境課内 内線212）

病後児保育施設こぐま園は、病気やけがの回復期にある子どもを預かる施設で、看護師と保育士が常駐しています。

「登園・登校するのに、まだ早いけれど、保護者も家族も休めない」「保護者が病気や出産で、家庭で世話をするのが難しい」という場合に、利用することができます。

施設は、総合水沢病院のそ

病後児保育施設こぐま園

子どもで 広場

Child-nurturing plaza

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

ばにあり、同院小児科と連携しています。2日以上続けて利用する場合、医師による診察や健康チェックがあります。

【病後児保育施設こぐま園】

◇住所

水沢区字搦手丁9-26

◇利用時間

午前8時半～午後5時

◇休園日

国定祝日、12月29日～1月3日※臨時休園あり

◇職員体制

看護師1人、保育士2人

◇対象

生後3カ月～小学3年生

◇定員

4人

◇利用料金

1日2千円

※所得の状況に応じて軽減措置あり。診療費は別途必要

◇利用時の持ち物

着替え（2～3組）、おむつ（布おむつ可）、ビニール袋（大1・小2）、おしりナップ、エプロン（3歳以下）、薬（処方されたもの）、診察券、おしほり、哺乳びん、その他（おしゃぶりな



■問い合わせ：病後児保育施設こぐま園（☎5036）

ど、子どもが落ち着いて過ごすために普段利用しているもの）

◇その他

昼食、おやつあり

◇利用手順

- ① 前日の午前9時から午後4時までにこぐま園へ電話で予約する
- ② 水沢病院小児科で診察を受ける

※他の医療機関で診察を受けているときは、水沢病院の診察を受ける際に診療情報提供書（紹介状）が必要
※感染性の病気の場合、症状によって利用ができないことあり



暑い毎日が続いておりますが、皆さんいかがお過ごしですか。

江刺区の「えさし藤原の郷」が開園20周年を迎え、先月記念セレモニーが開催されました。平成5年、NHK大河ドラマ「炎立つ」のメインロケ地決定を契機に開園し、昨年には入場者が400万人を突破するなど、全国各地から多くの観光客の皆さんにお越しいただきました。また、数多くの大河ドラマや映画などのロケが行われ、全国へロケ地として名を馳せるほどです。今後も市の観光拠点として、全国に情報発信していきます。

東京で開催された、岩手ゆかりのある企業との交流会に出席しました。市への誘致に向け、PRしてきたところです。市では本年度、2社の誘致企業と工場立地協定を

締結しておりますが、今後も様々な機会をとらえ、各地からの企業誘致に積極的に取り組んでいきます。

同じ日に、東京電力本店に出向き、社長と面談しました。一向に進まない損害賠償問題について、県知事や県内市町長と共に強く訴えたところで、私からは、もっと被害者の思いに寄り添い、全ての被害者に対し、実態に即した賠償をしてほしい。そのために、スタッフを増員して、県南に賠償相談窓口を設置するよう強く要請しました。原発事故に関わる他の課題も含め、解決に向け、今後もしっかりと対応していきます。

北海道日本ハムファイターズの大谷選手の活躍を聞くにつけ、地元としてうれし限りです。二刀流デビュー、そして待望のホームランも出たほか、高卒ルーキーでオールスターの出場も果たしました。厳しいプロの世界で、話題だけでなく、しっかり数字を残しており、後半戦の活躍も大いに期待しています。

奥州市長 小沢昌記



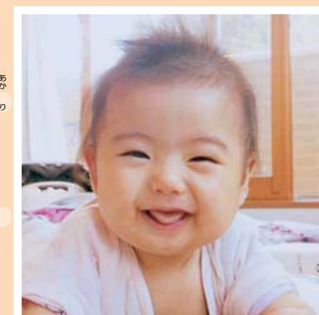
3歳未満のお子さんの写真を募集しています。83



佐藤 杏紗ちゃん（2歳7カ月）
川水沢区字大町II
（研究さん・瞳子さんの次女）



右：菅原 汐音ちゃん（7カ月）
川水沢区東裏II
（恵太さん・浩江さんの長女）



阿部 紅璃ちゃん（6カ月）
川水沢区古館II
（雄さん・佳織さんの次女）