

外国語講座9月期

韓国語・中国語・英会話

～世界につながる
語学力を手にしよう!～

9月2日(木)スタート!

無料 体験レッスン受付中!!

曜日 火～金

場所 高瀬町公民館、マリンウェーブ

詳しくは国際交流協会へお問い合わせください!

▶申し込み・問い合わせ (財)三豊市国際交流協会 56-5121 (マリンウェーブ内・火曜休館)

～楽しく英会話を
学んで、世界に羽ばたけ!
ちびっこたち!～

9月10日(木)スタート!

無料 体験レッスン受付中!!

対象 3歳児～10歳児向け

曜日 木・金

時間 午後3時～、
4時～、5時～

教室場所 マリンウェーブ、
山本町生涯学習センター、
高瀬町公民館

ちびっこ英会話



シリーズ No.38 なんなん? 食育

今月は、夏バテ防止に必要なビタミンB1を多く含んでいる豚肉と旬のカボチャを使った人気料理を紹介します。

豚肉とカボチャのごまがらめ



■材料(4人分)

カツ用豚肉・・・250g
塩・こしょう・・・適量
カボチャ・・・150g
かたくり粉・・・少量
揚げ油・・・適量

タレ
砂糖・・・大さじ2/3
水あめ・・・大さじ1/2
しょうゆ・・・大さじ2
酒・・・大さじ1/2
ごま・・・大さじ2

<作り方>

豚肉、カボチャは1.5cm角に切ります。
豚肉は、塩・こしょうで下味をつけます。
タレは材料を鍋に入れて加熱します。
カボチャは素揚げ、豚肉はかたくり粉をまぶしてから揚げます。
にタレとごまをからめてできあがり

高瀬町学校給食センター

毎月19日は『食育の日!』

『食育』は、一言で言えば体と心を育てることです。具体的には、次のような事があげられます。

- ・安全な食品や栄養バランスのとれた食事を選択する力をつける
- ・正しい食事のマナーや感謝の心を育てる
- ・日本古来の食文化を伝承する
- ・日本の食糧事情を考える
- ・地産地消をすすめる
- ・家族や友だちと一緒に食べることで社会性を身につける

食育度チェック

- ① 朝ごはん、昼ごはん、夕ごはんはきちんと食べていますか?
- ② 好ききらいをしないでなんでも食べていますか?
- ③ 無理なダイエットはしていませんか?
- ④ 食べものがどこでつくられているか知っていますか?
- ⑤ 食べものの安全について知らないまま食べていませんか?
- ⑥ 食べ残しはしていませんか?
- ⑦ 地元で昔から伝わる料理を食べたことがありますか?
- ⑧ 家族や友だちと楽しく食べていますか?

いくつ「はい」が言えたでしょうか? 5つ以上です。

三豊市農業委員会
委員選挙のお知らせ

任期満了(平成21年9月30日)に伴う三豊市農業委員会委員選挙を、次のとおり行います。

投票日 9月23日(水) 秋分の日
告示日 9月16日(水)
選挙区と選挙による委員の定数

選挙区	区域	定数(人)
第1	高瀬町	12
第2	山本町	6
第3	三野町	5
第4	豊中町	7
第5	詫間町	3
第6	仁尾町	3
第7	財田町	4

被選挙権(立候補できる人)
次の要件すべてに該当する人
三豊市に住所を有する人
年齢が満20歳以上(平成21年9月23日現在)
次の(ア)～(ウ)のいずれかに

該当する人
(ア) 10アール以上の農地につき耕作の業務を営む人

(イ) アに該当する人の同居の親族またはその配偶者で、年間おおむね60日以上耕作に従事していると農業委員会が認めた人

(ウ) 10アール以上の農地につき耕作の業務を営む農産物生産法人の組合員、社員または株主で、年間おおむね60日以上耕作に従事していると農業委員会が認めた人
成年被後見人や禁錮以上の刑に処せられその執行を終えるまでの人など被選挙権の欠格者でないこと

立候補予定者説明会

日時 8月11日(火)午後1時30分
場所 市役所西館大会議室(高瀬)
対象 立候補予定者本人と関係者
説明会に参加できる人数は、1立候補予定者につき2人以内
当日、立候補届出用紙などの関係書類を交付しますので、説明会に参加される人の代表者の印鑑をご持参ください。

問い合わせ
三豊市選挙管理委員会事務局(総務課内) 73・3000

市営
入居者募集

次のとおり市営住宅の入居者を募集します。

住宅名(所在)	構造	戸数	使用料	入居される人の所得に応じて決定します
神原団地(高瀬町下勝間)	3DK(中層耐火3階建)	1	18,100円～35,500円	
西野団地(詫間町詫間)	3DK(中層耐火3階建)	1	20,600円～40,400円	
高谷団地(詫間町詫間)	3K(簡易耐火2階建)	1	8,300円～16,300円	

申し込みができる人
(次の条件をすべて備えている人)
市内に住所または勤務場所を有する人
同居の親族が、同居しようとする親族がいる人
現に住宅に困窮していることが明らかでない人

市町村税等を滞納していない人
世帯の月額所得が基準の範囲内であること。
申込者または同居親族が暴力団員でないこと。

(注) 一定の条件を満たす場合、単身入居も可能です。

必要書類

住宅課または高瀬事業課・各支所事業課へお問い合わせください。

入居の決定方法

入居者選考委員会において選考し、決定します。

入居予定時期

9月上旬

申し込み期間(厳守)

8月3日(月)～17日(月)

午前8時30分～午後5時(土、日は除く)までに、必要書類を持って住宅課または高瀬事業課・各支所事業課へ申し込みください。

受け付けは申し込み期間のみです。

問い合わせ 住宅課 62・1131