

スマイルなんぶ通信 No.55

「なんぶ健康会議」に関する課・組織が情報を伝えします。

今回担当する「住民課」より、禁煙および受動喫煙防止ポスターのデザイン募集についてのお知らせです。

禁煙および

南部町・なんぶ健康会議主催

受動喫煙防止ポスター

デザイン募集

あなたの想いをポスターに！

南部町では、健康増進のため禁煙と受動喫煙防止を推進しています。たばこを吸っている人も、吸わない人も、気持ちよく生活できる社会を目指し、健康への意識を高めていくために、皆様の想いを込めた作品をお寄せください。

- ※ 町内在住であれば、募集に年齢制限等はありません。
- ※ 画材は自由(写真使用も可・パソコンでの作成も可)です。
- ※ 優秀作品はポスターとして町内にて掲示を行う予定です。
- ※ ポスターとして採用された方には賞状・記念品を贈呈いたします。

【応募方法】

- ・役場本庁舎、分庁舎、万沢支所へ持参、または郵送により提出してください。
- ・作品の裏面には「住所」「氏名」「生年月日」「電話番号」を必ず記入してください。
(匿名またはペンネームでの応募は不可です)



**9月20日
まで受付中！**

募集要項の詳細は、8月第2週に配布の全戸回覧、または役場窓口や図書館等に設置中の募集チラシにてご確認いただけます！



その他、応募については住民課☎66-3405までお問い合わせください。

◆◆パッククッキングレシピ◆◆

鶏じゃが

材料 (1~2人分)

- ・焼き鶏の缶詰…1缶
- ・じゃがいも…1個
- ・にんじん…小 1/4 本
- ・玉ねぎ…小 1/4 個

作り方

①じゃがいも、にんじん、玉ねぎは皮をむき、小さ目に切る ②袋にじゃがいも、にんじん、玉ねぎ、焼き鶏の缶詰を加え、少しもむ ③袋の空気をぬき、上の方で口を結ぶ ④沸騰したお湯の中に入れ、約20~25分加熱する



野菜蒸しパン

材料 (4~5人分)

- ・ホットケーキミックス…1カップ (100g)
- ・野菜ジュース…1/4カップ (50ml)
- ・玉子…1個

作り方

①ビニール袋に玉子を入れ、よくもんで溶きほぐす
②ホットケーキミックス、野菜ジュースを加えてさらによくもむ ③ビニール袋の中の空気を抜き、上の方で口を結ぶ ④沸騰したお湯の中で約30~40分加熱する



スマイルなんぶ
～健康・長寿、日本一を目指して～

パッククッキングはカセットコンロ、鍋、水、ポリ袋を準備すれば備蓄品で簡単な食事を作ることができるために、災害時に役立ちます！

令和元年秋の全国交通安全運動

期間
令和元年
9月21日(土)～9月30日(月)

交通事故死ゼロを目指す日
9月30日(月)

『乗せるのは 君の宝(かぞく)と その未来(あした)』

秋の全国交通安全運動が、9月21日(土)から9月30日(月)までの10日間実施されます。

町では期間中反射材の利用・シートベルトの着用・飲酒運転根絶等を通して交通安全を推進します。交通安全運動期間が終了しても、年間を通しての安全運動を心掛けていただき、無事故で安全な町づくりを推進しましょう。

◆運動の重点

- ①子供と高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止
- ②夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗車中の交通事故防止
- ③全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ④飲酒運転の根絶
- ⑤二輪車の交通事故防止（県重点）

分庁舎のギャラリーに小さいお子さまが遊べる キッズスペースができました。

小さなお子様連れの来庁者が、手続き等にこられた待ち時間などに、お子様が靴をぬいで遊ぶことができます。ぜひ、ご利用ください。
安全にご利用いただぐため、来庁者同伴でお願いします。

