

# 防災・安全の確認を！ 長田区

5月28日(日)長田区で消火栓の点検とカーブミラーの清掃が行われました。消火栓の点検は毎年行われているもので、この日は長田区各世帯の代表と一緒に地区内をまわり、消火栓の位置の確認と水が出るかどうかの点検をしました。

その後、地区内2か所にあるカーブミラーを洗剤で清掃し、汚れを落としました。劣化のため白くなってしまっているミラーもあり、こちらは今後行政要望をする予定だということです。

(長田区民より投稿記事です)



■ミラーをみがいて安全確保!

# 集落ルーエッセイ

長田区は本年度で40周年を迎えます。集落が歩み始めた頃と比較すれば高齢化も進み、施設なども改善しなければならないところが出てきました。40年を一つの節目として、集落で話し合い、住みやすい集落にしてゆきたいと思います。

長田 区長 細田繁樹



# こちら大國編集局

## 編集後記

6月に入り、家の周りに蛍が飛びはじめました。8:30頃から飛びはじめますが、今年は少ないようです。  
(公民館部 杉原)

2年のブランクを経て、地域づくり部に復帰?しました、松本と言います。よろしくお祈いします。最近、梅雨入りしたとはいえ、朝晩が寒い1日が続いています。皆様体調には十分に気を付けてください。  
(地域づくり部 松本)



後列左から 頼田、松本、杉原  
前列左から 山崎、山岡

# 広報 おおぐくに

第120号 平成29年6月15日発行  
大國地域振興協議会(おおぐくに田園スクエア内) 電話 66-5266



# グラウンドゴルフ大会が開催されました



6月4日(日)おおぐくに春のグラウンドゴルフ大会を開催しました。好プレー続出の結果、優勝は原Aチーム、2位は原Bチーム、3位は同スコアが並ぶという大接戦の中で小原チームとなりました。皆さんお疲れさまでした。

# フラワーアレンジ教室



5月21日（日）10時から今年度第1回目のフラワーアレンジ教室でした。おばあちゃんと孫との共演も見られましたよ。綺麗な作品が並びました。

## 食改さん おすすめレシピ

きゃべつのごま味噌和え  
(5人分)

材料：キャベツ	1/4個
ちくわ	3本
ピーマン	1個
人参	1/3本
いりごま	大さじ2
味噌	大さじ1
※ みりん	小さじ1
砂糖	大さじ1/2
塩	少々



### 作り方

- ①キャベツ、ピーマン、人参、ちくわを 5mm幅くらいの千切りにする。
- ②①を全てさっと茹でる。
- ③茹であがった野菜に水気を切り、軽く 塩を振る。
- ④※印の調味料を合わせ、鍋に入れて

～ おすすめポイント ～

食材は季節のものを活用し、ちくわの代わりにハムやカニカマなどを使っても美味しいです。

## 赤鳥居の定期点検・設置をしました！



6月11日（日）地域振興協議会では赤鳥居の定期見回りと補修を実施しました。

この赤鳥居は不法投棄ゴミの減少を目指してゴミの不法投棄が多い場所に建てているものです。

皆さんゴミの不法投棄はしない、させないをお願いします。

## 健康コーナー



### 「脳卒中 早期に気づこう！！「FAST」」

脳卒中というと、冬などの寒い時期に発症しやすいと思われがちですが、暑さのために体内の水分が不足し、血液がドロドロになってしまう危険性のある、これからの6～8月の夏に発症しやすいのです。

早期に症状に気づくためのサインとして「FAST」を覚えておいてください。

- F・・・Face「顔」 顔面のしびれはないですか？
- A・・・Arm「腕」 腕、指のしびれ・感覚麻痺はないですか？
- S・・・Speech「会話」 ろれつがまわらないなどの症状はないですか？
- T・・・Time「時間」 上記のような症状がみられた場合は、とにかく時間が勝負！！早期に救急受診をしましょう！！

しっかり水分補給をして、体内の血液サラサラ。暑さに負けず夏を乗り越えましょう。

記：鍋倉区 山岡加奈子