

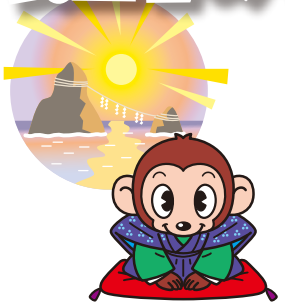


かわらばん



携帯HP / 子育て応援メールを配信します(無料)登録をお願いします ↑

たみお 民生君のつぶやき



あけましておめでとうございます。皆さん良いお正月を過ごされたでしょうか？「一年の計は元旦にあり」のことわざの意味は、「一年の目標や計画は最初の日である元日に立てるべき。また、

そのことから一般に、何かを始めようと思うなら早い方がいい、早いうちにしっかり計画を立てて進めよう」という意味です。実現可能な大きな目標と、小さな目標が叶うようにと前向きに取り組むことが大切です。



おまちがねの「学童」開所

学童開所まであと3ヶ月

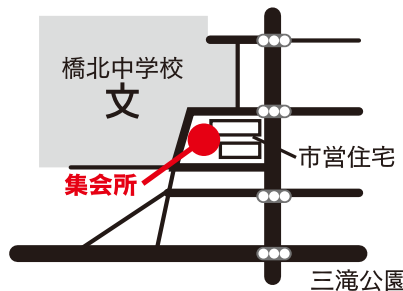
先月のかわらばんで紹介しました、学童保育所の準備が進んでいます。入所ご希望の方は、下記の説明会にお越しください。

対象:新一年生から

日時:平成28年1月30日(土)・31日(日)、両日とも19:00~

会場:東新町 市営住宅地内集会所(徒歩・自転車をお願いします)

内容:運営方法・料金・手続き等について、ご説明いたします。



問合せ先

事務局
高井俊夫
☎080-3640-7978

橋北にミュージアムが開館

11月27日に、京町の一号線沿いにある萬古工業会館1階に「萬古アーカイブ デザイン ミュージアム」がオープンしました。世界的に活躍される内田鋼一氏が私財投入した、本格的な昭和時代の萬古焼を展示している私設のミュージアムです。橋北地区にまた一つ自慢できる施設ができました。喫茶も併設したスペースになりましたので、気軽に来館してください。

BANKO

archive design museum

休館日: 火曜・水曜

入館料: 500円

www.banko-a-d-museum.com

今月のごっつお

ちょっと重いけど、保温力抜群!
土鍋料理

土鍋でカレー!



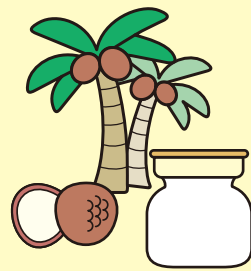
作り方

- ①野菜は乱切りに、肉は一口サイズに切る。
- ②フライパンにサラダ油を少し入れ、玉ねぎを炒めましょう。
- ③玉ねぎに色目が付いたら、肉を入れさらに炒める。
- ④肉の色が変わったら、他の野菜を入れて炒める。
- ⑤少し炒めたら、土鍋に移し適量の水を入れ、火にかける。
- ⑥アクを取りながら、沸騰したら火を止める。
- ⑦蓋をしたま約30分放置する。
- ⑧再び火にかけ、カレールーを入れ、沸騰したら火を止める。
- ⑨しばらく放置すると、美味しいカレーのできあがり!



みんなの健康ライフ 魔法のオイル

ココナッツオイルという言葉を知っていますか？ 2013年頃から流行りだして、今ちょっとしたブームになっております。これはココヤシから作られる油脂のことで、最近ではスーパーや百貨店でも売られています。このオイルは万能オイルと言われ、健康面ではアルツハイマーの予防や、甲状腺機能の正常化、脳の活性化、がん予防などに効果が期待できるそうです。また肌に塗れば保湿効果、ニキビ対策にもなるそうです。食べても塗っても良いオイルです。使い方はコーヒーや紅茶に入れたり、パンに塗ったり、サラダのドレッシングに使ったり色々できます。スーパーなどで見かけたら、一度試してみたいはいかがでしょうか？



スマイルカフェ開催 Smile Cafeで楽しみませんか？

1月17日(日)・午起集会所(子育て支援センター)
2月21日(日)・ばんこの里会館で開催します。

スマイルカフェは、みんなの居場所です。ワイワイ・ガヤガヤ、年齢関係なく楽しい時間をすごしましょうよ!!



- ◎参加されるには、ニコニコ共和国の正会員か賛助会員にご入会ください。(随時入会できます。)
- ◎事前予約が必要になります。

毎回、時間は10:00~12:00開催です。



問合せ先

NPO法人 ニコニコ共和国
理事長: 高井俊夫
☎080-3640-7978

はなごよみ

1月の花と花言葉

ふくじゅそう
福寿草の花言葉・幸福・幸せを招く・永久の幸福・
回想・思い出・悲しき思い出

がんじつそう ついたちそう
「元日草」「朔日草」と
いった別名もある。

塗り絵を
楽しんで下さい。



Copyright ©クレヨン則さん

橋北「おとなの小学校」

橋北地区市民センターでは、住民の方を対象とした橋北「おとなの小学校」を開校しています。一般の方でも、興味のある講座は「聴講生」として参加できますので、参加を希望される方は市民センターにお申込みください。

1月14日(木)「暮らしのお手伝いを住民の手で!」

時間 9:30~11:30
場所 旧東橋北小学校コミュニティ室
講師 四日市市社会福祉協議会
NPO法人下野・生き域ネット

問合せ先 ☎059-331-3787

マイナンバー申請書 届きましたか？

マイナンバーカードの申請書類は届きましたでしょうか？届いてない場合は、橋北地区市民センターに問い合わせください。届いている人は、自分の名前を記載して、同封の封筒で返送しましたでしょうか？わからない点がありましたら、こちらも市民センターにお問い合わせください。



この言葉の始まりは

とうかく あらわ 頭角を現す

才能や能力などが他の人よりもすぐれていて、目立つようになること。「頭角」は頭の先のこと。頭の先が周りの人より高く目立っている様子からできた。

