

投票しよう (仮称) 茅ヶ崎ブランドのシンボルマーク

2022年3月オープン予定の道の駅を見据え、茅ヶ崎の海から里山まで全域のモノ・コトを対象にした(仮称)茅ヶ崎ブランド認定制度を来年1月をめどに開始します。このブランドで用いるシンボルマークの決定にあたり、みなさんの意見を聞かせてください。3つのシンボルマーク案の中から一つ選んで投票をお願いします。

【産業振興課道の駅整備推進担当】

投票期間 9月2日(月)～13日(金)
投票方法 市Ⓐまたは窓口で



投票ページ

(案1)



えぼし岩、北部から出土された勾玉、サーフィンのフィン、海岸に流れてきたシーグラスなど、茅ヶ崎の多様性を表す

(案2)



太陽の黄、北部の緑、海の青の3色で、三角形の形は「新しい茅ヶ崎が進む」というPLAYボタンの意味も

(案3)



茅ヶ崎の明るくポジティブなイメージを大きな波の形に込め、動的なイメージに

第59回 茅ヶ崎市民文化祭

10月3日(木)～12月1日(日)

10月から約2か月間にわたり、音楽のステージや美術展、俳句大会など文化芸術活動を代表する24の催し物が行われる市民文化祭。市内の文化芸術活動を知っていただく場として、また文化芸術活動を行う仲間との交流の場として、催しへのご参加、ご応募をお待ちしています。

【文化生涯学習課文化推進担当】



昨年の文化会館新装落成記念公演「とうとうたり」

個性あふれる作品を募集中 多くの方のご応募をお待ちしています

工芸造形展 10月3日(木)～6日(日)

場所 市民文化会館展示室
問合 茅ヶ崎市文化団体協議会事務局
☎(86)0001

短歌大会 10月5日(土)

場所 市民文化会館大会議室
問合 真後☎(85)7137

写真展 11月1日(金)～5日(火)

場所 市民文化会館展示室
問合 渡邊☎(85)2074

書道展 11月15日(金)～17日(日)

場所 市民文化会館展示室
問合 三輪☎(86)1012

紙芝居と朗読の会

日時 10月5日(土)12時～16時
場所 市民文化会館第1練習室(ミニホール)
昨年からはまった新たな催しです。参加団体がチームを組んでミニ舞台の公演を行います。



※ 市民文化祭の詳細は、広報ちがさき9月15日号・10月15日号で紹介する予定です

見て 触れて 体験しよう! ちがさき救急デー

9月8日(日) 13時～16時 イオン茅ヶ崎中央店1階正面出入口フロア

安心カード・安心カプセルの配布

「安心カード」は、かかりつけの病院や緊急連絡先などの情報を記入するカードです。このカードを「安心カプセル」に入れて自宅の冷蔵庫に保管、または安心カードを外出時に携帯することで、いざという時に救急隊員や医療関係者などが必要な情報を得られ、迅速な救急医療活動に結びつけることができます。この機会に準備をしておきましょう。

AEDの展示・使用方法

訓練人形を使って正しい使用方法を学びましょう



高規格救急車の展示

救急救命士が高度な処置を行う高規格救急車の内部を見ることができます



心肺蘇生法の指導

消防署職員と市応急手当普及協会(市民ボランティア)が心肺蘇生法の実技指導をします

119番通報体験

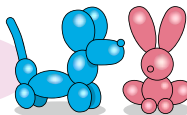
実際に指令情報課職員とのやりとりを体験して、いざという時に落ち着いて119番通報できるようにしましょう



医師による健康チェック

茅ヶ崎医師会の医師が血圧測定などの健康チェックをします

バルーンアート講習会もあるよ



無理なく食べて健康に

日本の食品ロスは1年間に643万t*。お店や工場から352万t、家庭から291万tで、国民一人当たり1日に140g(お茶碗1杯分)になります。

家庭での食品ロスを減らすため、食材の在庫を把握して無駄のない買い物をしましょう。お店からの食品ロスを減らすためには、「食べきれる量を注文する」、「残り物は可能なら持ち帰る」、「すぐに食べるものは賞味期限の近いものを購入する」などを心がけましょう。

注文する前、買う前、調理する前に自分に必要な食事の量を考えることは、食品ロスを減らすだけでなく、生活習慣病の予防にも効果があります。もったいないから無理に食べ切るのではなく、地球環境と自分の健康のため、ちょっと立ち止まって考えてみませんか。



※ 農林水産省による平成28年度推計値

健康レシピ

保健所の栄養教室からおすすめのレシピを紹介します。

まるごとトマトご飯

うま味成分のグルタミン酸が多く含まれるトマト。チーズとかつお節のうま味加わり、塩分は少なくとももしっかりした味付けのご飯になります。



材料(3人分)

米	200g	油	小さじ1
押麦	40g	なす	80g
トマト	160g	こしょう	少々
玉ねぎ	40g	粉チーズ	20g
かつお節	5g	パセリみじん切り	少々
水	300ml		

作り方

- ① トマトは沸騰したお湯に5秒ほどつけてから、冷水に取り皮をむく。
- ② 玉ねぎは粗めのみじん切り、ナスは小さめのいちよう切りにする。
- ③ 炊飯器にといだ米、押麦、水、かつお節を加えて軽く混ぜる。
- ④ ③に玉ねぎと①のトマトをまるごと入れて、混ぜずにそのまま炊く。
- ⑤ フライパンに油とナスを入れて炒め、こしょうを振る。
- ⑥ ご飯が炊き上がったら、粉チーズ、炒めたナス、みじん切りのパセリを加え、トマトを崩しながら混ぜる。