

# 「ふるさと江南区宅配便」物品等を無償で提供いただける事業者様を募集します

江南区役所や区内商工団体などで構成する「江南区魅力発信プロジェクト」実行委員会では、Uターン就職の促進を目的に、県外で頑張る江南区出身の大学生等に向けて、地元からの応援の思いを込めた宅配便をお届けする取り組みを行っています。大学生などに送付する宅配便に、物品等を無償でご提供いただける事業者様を募集します。まずは、下記事務局までご連絡ください。

## 事業の流れ



## 応募要件

- (1)新潟市江南区に事業所を有する法人、団体、個人であること。
- (2)発送時期(10月下旬予定)までに約100人分の物資を提供できること。

## 申し込み・お問い合わせ

7月20日(木)までに江南区魅力発信プロジェクト実行委員会(事務局:江南区役所地域総務課 企画広報グループ) ☎025-382-4619

## 水稲病害虫の共同防除を実施します

水稲病害虫の発生を防ぐため、共同一斉防除を実施いたしますので、ご理解とご協力をお願いいたします。なお、日程は天候などにより変更になることがあります。

回 7月21日(金)～8月16日(水)  
午前4時30分～11時頃、午後2時30分～7時頃

実施地区	日程
横越	7/26(水)、27(木)、28(金)
亀田	7/26(水)、27(木)
曾野木	8/3(木)
両川	7/27(木)、28(金)
大江山	8/1(火)、2(水)

※一部区域では、7/21(金)と8/16(水)にも防除があります。



☎新潟県農業共済組合 損害防止課 ☎025-282-9293

## 「お口のケア」と「ちょい塩レシピ」で健康生活

薄味でも美味しく食べるためには、お口のケアや調理の工夫が大切です。生活習慣病を予防するためのポイントを学びましょう。

日程	会場	申込期間
7/26(水)	曾野木地区公民館	7/3(月)～14(金)
8/4(金)	横越地区公民館	7/3(月)～25(火)

時 午前9時30分～正午(受付:午前9時15分～)  
内 栄養士・歯科衛生士による講話、調理実習・試食(2品)  
入 各回先着12人  
料 ¥400円(試食費)  
持 筆記用具、エプロン、三角巾  
申 上記の表の申込期間に、健康福祉課 健康増進係 ☎025-382-4316



## 消防情報

### 消火の視点

## 暑い夏、熱中症に注意!

今年も暑い夏がやってきました。7月～8月は、熱中症により救急搬送される人が急増します。熱中症を防ぐためには、それぞれの場所に合った対策を取ることが重要です。熱中症にならないように、皆さんで予防しましょう。



### 予防のポイント

- 暑さを避けましょう**  
室内では:エアコンや扇風機で温度を調整し、室温をこまめに確認  
室外では:日傘や帽子の着用  
暑い日は日中の外出をなるべく避ける
- こまめに水分補給をしましょう**  
室内外に関係なく、のどの渇きを感じなくてもこまめに水分補給。塩分を含んだものがおすすめです
- 日頃から健康管理をしましょう**  
しっかり睡眠をとり、体調が悪いときは無理せず自宅で静養
- 暑さに備えた体作りをしましょう**  
暑くなりはじめの時期から毎日30分前後、適度な運動を「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる程度

☎江南消防署 地域防災課 地域防災係 救急担当 ☎025-381-2327

## 食推からこんにちは じゃがいもとトマトの重ね煮

旬を迎えて美味しさが増すトマトをたっぷり使ったスープです。

- 材料(4人分)
- じゃがいも 200g
  - たまねぎ 120g
  - トマト 160g
  - ウインナー 80g
  - ローリエ 2枚
  - 水 適量
  - 塩 小さじ1/2
  - こしょう 少々
  - パセリ(生) 小さじ4



- 作り方
- じゃがいもは5mmの厚さの輪切りにし、水にさらしておく。たまねぎ・トマトは輪切り、ウインナーはななめに切る。
  - 鍋底にじゃがいもの半量を平らに広げ、その上に玉ねぎ・トマト・ウインナーの半量を順にのせ、残った半量もまた上から順にのせる。
  - ローリエを入れ、ヒタヒタよりやや少ないくらいの量の水を入れ、沸騰したら弱火にし、落としふたをする。10分程煮たら塩、コショウで味をととのえ、再び弱火で5分煮る。
  - 器に盛り、みじん切りにしたパセリを散らす。

栄養価(1人分)  
エネルギー:111kcal、たんぱく質:3.8g、  
脂質:6.2g、炭水化物:13.8g、塩分:1.2g

☎健康福祉課 健康増進係 ☎025-382-4316

<広告欄> ※広告欄の掲載内容についての問い合わせは各広告主へ