



# あしたも健康

想定よりも長引くコロナの影響で、私たちの健康リスクが心配されています。

たくさんのご応募  
ありがとうございました。



感染症に負けない「健康」を保つため、コロナ禍でみんなが取り組んだ「健康にいいこと」を募集しましたので、一部を皆さんにご紹介します。行動が制限される中での過ごし方のアイデアは、今後の私たちの健康づくりのヒントになるに違いありません。



## 運動

毎日自転車で通勤しています。運動不足になりやすいので、生活の中に運動機会を作っています。人と挨拶したり、声をかけやすいのがいいところです。吉岡初浩 市長



## 食事

子供用の包丁を買って、子供と一緒に料理を作った。自分で作るとよく食べてくれて、大好物になりました。八幡町 1さん

91歳の父、87歳の母と体操、ウォーキングをしました。車のナンバーを見て足し算したり、頭を使いながら運動。家族の会話も増えました。屋敷町 Nさん

散歩しながら1から120まで数える、帰りは100から7を引き算する。頭を使いながら運動します。論地町 杉浦さん

会社が休みの日が増え、畑を借りて野菜を育てるようになった。湯山町 レさん

在宅勤務になり、会社の食堂で食事していた時ほど昼食に野菜が食べられなくなったので、できるだけ昼食に野菜を摂るようになった。神明町 渡辺さん

ダイエットアプリを使って、食事のカロリー計算や体重管理を始めた。意識的に体を動かすようになったので、2.6キロの減量に成功！神明町 手嶋さん

ホコタッチの目標歩数を決めて、できるだけ歩くようにした。生活にメリハリができた。二池町 Kさん



## 子供たちの取り組み

卵焼きやチャーハン、サラダを作った。いつもお母さんのお手伝いをしているから、何も見なくても作れたよ！沢渡町 新美さん

朝起きて家族でラジオ体操をする、1日10分YouTubeを見て筋トレする。湯山町 Sさん

子供が卓球部に入ったのをきっかけに卓球台を購入。家族でわいわい練習することで楽しい時間が増えました。沢渡町 大山さん

休校中だけにならないように、家族でお手伝い当番を決めていた。一番遅く起きると、お風呂掃除とか…。青木町 古賀さん

学校が休みの間、おばあちゃんと畑仕事をしたよ。沢渡町 松井むつきさん 9歳



## 家族の時間

孫と本気で遊びました。せっかくだから、自分も楽しもうと思って。呉竹町 神谷さん

びーまんをそだてました。お母さんが天ぷらにしてくれたよ！八幡町 よしみ かいせいくん

家族で中部公園でバドミントンをした。体がなまっていたのでいい運動になった。神明町 丸山さん 15歳

在宅勤務のパパと子供たちがパンやケーキを手作りしました。なかなかおいしかったですよ。稗田町 水上さん

自転車を買いました。運動のため、ちょっとした外出も子供と自転車で行ったり、サイクリングを楽しんでいます。春日町 Hさん



## その他

大人より、子供のほうがコロナを気にしていると気付いた。マスク、消毒、忘れてっていると注意されます。神明町 山本さん

子供と一緒に野菜の収穫体験をした。野菜がどうやって実るのか分かったし、自分でとった野菜はよく食べてくれた。稗田町 Tさん

市内で彼岸花やコスモスが咲いたよ、と聞くと家族でウォーキングに出かけます。身近な情報って大事！神明町 中村さん

笑うこと、笑顔を増やすようにした。マスクをする機会が増え、表情に気を遣わなくなったから。笑うと心と体が元気になります。屋敷町 渡辺さん

「今あることで満足する」ことを心掛ける「今あるもの」で何ができるかを考えている。今できることはまだまだあると思っています。春日町 鈴木さん

# きょうも料理

家族の健康  
ワンランクアップ

健康づくり推進委員おすすめレシピ満載！



普段の生活を見直し、免疫力アップ！  
感染症に負けない健康づくり

1日350g 食べてる？旬をおいしく！

# 野菜を食べよう

## 健康づくり推進委員より

各町内会からの推薦を受け地域の皆様に「健康にいいこと」をお伝えする活動をしています。今後、地域のイベント等でみなさまにお会いできることを楽しみにしています！

厚生労働省が推進する「健康日本21」では、1日350gの野菜を食べることを推奨しています。私たち健康づくり推進委員が、家族みんなで食べられる野菜レシピを考えました。

発行：健康づくり推進運営委員会 高浜市 健康推進グループ





手軽な材料で本格的なプロの味をご家庭で！  
どんな野菜料理にも合う、万能ドレッシングです！



チカラ、かけたD  
野菜の味つけ  
にも使えるよ

### スライサーサラダ(2人分)



スライサーを使って  
カンタン調理と  
万能ドレッシングで  
もう一品!!

【材料】  
きゅうり……………1/2本  
玉ねぎ……………1/8個  
人参……………30g  
大根……………30g  
キャベツ……………1枚  
トマト……………1個

【作り方】  
①千切りスライサーで野菜をスライスする ②お皿に盛りつけて食べる直前に  
トマトは半分に切り、5ミリ幅に切る 万能ドレッシングをかける

### 我が家のオリジナルを作ろう！ 万能ドレッシング

【材料】  
油……………90ml なたね油・オリーブ油・ごま油など  
酢……………90ml 穀物酢・リンゴ酢など  
調味料……………45ml みそだれ(みそおでんの素)  
たまり醤油・白醤油など  
砂糖……………大さじ1/2  
塩・こしょう…適量



子供も楽しく  
ママもパパも  
お手伝い!!

【作り方】  
上記材料を全て容器に入れてミキサーカキカ振る  
(保存期間 冷蔵庫で約3週間)  
基本は酢：油：調味料=1：1：0.5 好みに合わせて調節してみてください！



### チヂミ (2人分)

【材料】  
人参……………1/2本  
玉ねぎ……………1/2個  
にら……………1/2束  
エビ……………6本  
小麦粉……………60g  
片栗粉……………40g  
水……………130cc  
ごま油……………適量

【つけだれ】  
万能ドレッシング(しょうゆ)

【作り方】  
①人参は細切り、玉ねぎは薄切り、にらは粗みじん。エビは1センチ幅に切る  
②ボールに小麦粉片栗粉水を入れて混ぜる  
③①の具材を入れてさらに混ぜ合わせる  
④フライパンにごま油を入れ、焼き色がつかまで焼く  
⑤裏返してフタをして焼く  
⑥食べやすい大きさに切る



### 蒸し野菜とみそドレッシング (2人分)

【材料】  
白菜……………2枚  
さつまいも……………1/2本  
かぼちゃ……………1/4個  
しめじ……………1パック  
人参……………小1本

【つけだれ】  
万能ドレッシング(みそ)…大さじ3  
みそ……………大さじ1  
砂糖……………大さじ2  
しょうが……………チューブ2cm

【作り方】  
せいろ、もしくは蒸し器に野菜を並べて  
強火で15分蒸す

味変でマヨネーズや  
七味とうがらしを  
入れてもおいしい!



## 350gってどれくらい? 簡単! 手ばかり栄養法

1日の野菜 350gは手のひら3杯が目安です。緑黄色野菜とその他の野菜類をバランスよく食べましょう。



両手1杯の  
緑黄色野菜 120g

ピーマン 人参 トマト ほうれん草  
小松菜 オクラ フロッコリー にら 春菊

両手2杯の  
その他の野菜 230g

キャベツ 大根 白菜 玉ねぎ きゅうり レタス  
もやし なす カリフラワー きのこ こんにゃく 海藻

なるほど!  
覚えやすいわ!

### ひがしグループ(高取小・翼小区) 主な活動



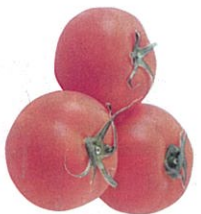
・翼まつり ・健康体操  
・彼岸花鑑賞ウォーキング &  
ストリート講座  
・高取公民館祭



<ヘルスチャレンジ・あいち 手はかり栄養法より>

# 失敗なし! 万能ドレッシング





家族みんなが食べられるレシピを考えました。  
カラフル野菜で免疫アップ！生活習慣病予防に巻！



野菜は栄養豊富で見た目にも楽しくカラフル。  
焼いたり、炒めたり、茹でてみたり...  
様々な調理法と味付けで野菜の美味しさを堪能しましょう！  
おすすめレシピをご紹介します。



かぼちゃとにんじんの  
オムレツ

じゃがいもときくらげの  
コンソメスープ

フロッコリーのサラダ

# カラフル野菜をたくさん食べよう！レシピ

## かぼちゃとにんじんの オムレツ (1人分)



### 【材料】

かぼちゃ	50g	☆卵	1個
にんじん	25g	☆牛乳	50ml
たまねぎ	50g	☆コンソメ	小さじ1/2
ウインナー	1本	粉チーズ	小さじ1/2
		コシヨウ	少々
		油	適量

### 【作り方】

- 1 かぼちゃとにんじんを1.5mm角に切り、ゆでる
- 2 ウインナーと玉ねぎを薄切りし、炒める
- 3 ☆を混ぜる
- 4 ①、②、粉チーズ、コシヨウを加え、フライパンで両面焼いて完成

## じゃがいもときくらげの コンソメスープ (1人分)

### 【材料】

じゃがいも	1個	☆コンソメ	小さじ2
乾燥きくらげ	適量	☆醤油	大さじ1
(きのこでも可)		☆コシヨウ	少々
バター	15g	☆キチンゲン菜	40g
水	2カップ	☆パプリカ	25g
パセリ	適量		

### 【作り方】

- 1 乾燥きくらげを戻し、食べやすい大きさに切る
- 2 じゃがいもを5mm程度に切り、バターと炒める
- 3 ②に水、☆、戻したきくらげを入れて沸騰したら弱火で10分煮る
- 4 パセリをふりかけて完成

## フロッコリーのサラダ (1人分)

### 【材料】

フロッコリー	2房
トマト	1/6個
豆苗	適量
フロセチーズ	1個

豆苗は  
食物繊維や葉緑素  
ビタミンK、β-カロチン  
など栄養がとっくち  
豊富です。



### 【作り方】

- 1 フロッコリーをゆでる
- 2 トマトとフロセチーズを食べやすい大きさに切る
- 3 具を器に盛り、豆苗を散らす
- 4 お好きなドレッシングをかけて食べてね

## 野菜まめ知識

キノコや野菜を  
刻んで干すと(車内で干す人も...)  
2〜3時間で栄養アップ。

マヨネーズは、  
苦みを抑えます。  
野菜炒めの油の代わりに  
使うとGOOD。

フロッコリーは  
体の成長を助ける  
葉酸が多いよ。

かぼちゃ、にんじんは  
カロチンが多いから  
目の病気予防をするよ。

パセリは貧血予防。  
トマトは老化防止。

ゆでたり蒸したりするときは  
レンジが大活躍！  
時短簡単汗いらず。

材料同じで  
アレンジメニュー。  
(カレー、肉じゃが、ポタージュ)

パプリカは  
ピーマン嫌いで  
食べやすいよ。



## きたグループ (吉浜小区) 主な活動



吉浜公民館祭、吉浜ふれあいフェスタで  
健康チェックをしたり、健康体操など  
しています。



知って  
おぼ得な  
まめ知識!



かんたんに野菜を取り入れる工夫



試してみよう!

- ・電子レンジで時短調理
- ・冷凍野菜でいつでも使える
- ・カット野菜で切る手間なし
- ・フライパン1つで洗い物楽々



# 時短・かんたんレシピ

## 新じゃがサラダ (2人分)

【材料】

- 新じゃが……………250g
- ☆ヌスタード…大さじ1.5
- ☆マヨネーズ…小さじ1
- ☆はちみつ…小さじ1
- ☆ドライパセリ…適量
- ☆塩・こしょう…少々

【作り方】

- ①新じゃがを皮ごとピンポン玉半分程の大きさに切る
- ②ポカリスティックやかいもと水を少々入れ、電子レンジにかける(600W5分程)
- ③☆を入れて混ぜる



時短・簡単で!!  
野菜を取りましょ!



## めんつゆでおひたし (2人分)

【材料】

- オクラ……………8~10本
  - 好きな野菜 ……適量
  - 水……………150~200ml
  - めんつゆ……………お好みで
  - 塩……………適量
- (下処理の塩もみ用)

【作り方】

- ①オクラを塩でちんで水洗いをする
- ②オクラの部分を包丁でむく
- ③柔らかいオクラならそのままでもOK
- ④お湯(150~200mlの少なめ)を沸かし、沸騰したら、めんつゆを入れる(お好みの濃さでOK!かけうどんのつゆの濃さくらい)
- ⑤あまり煮立えないよう中火にしてオクラを入れ、3~5分煮たら出来上がり



★アトピーに  
★ナスや玉ねぎでアリンコ汁

★温かくても冷やしてもOK



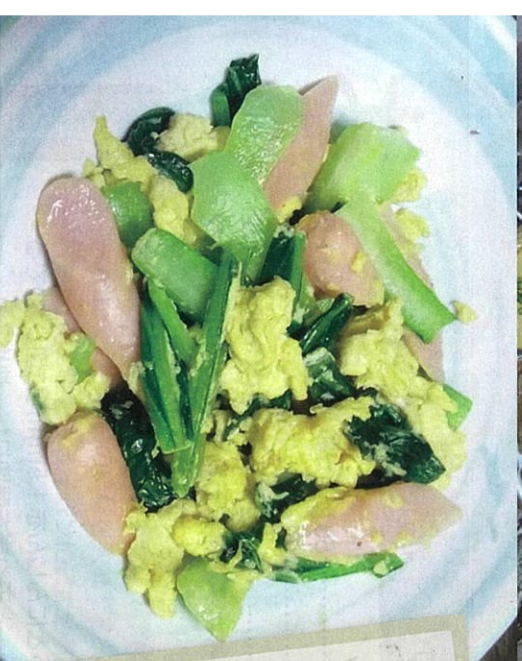
春の野菜  
【新じゃがいも】  
食物繊維が豊富  
(便秘や大腸がん予防)

【ナス・パプリカ】  
βカロテンが豊富  
(免疫力強化、抗がん作用)



夏の野菜  
【オクラ】  
食物繊維が豊富  
(便秘や大腸がん予防)

【ピーマン】  
ビタミンC  
(疲労回復、肌荒れ改善)



秋の野菜  
【チンゲン菜】  
βカロテンが豊富  
(免疫力効果、抗がん作用)

【しいたけ】  
エリタチニン  
コレステロールの増加防止  
干すことでさまざまな栄養素が増加

## チンゲン菜の卵炒め (2人分)

【材料】

- チンゲン菜……………1束
- 魚肉ソーセージ……………1本
- サラダ油……………大さじ1
- 卵……………1個
- マヨネーズ……………小さじ1
- 塩……………少々
- こしょう……………少々

【作り方】

- ①チンゲン菜は茎と葉を別々にゆで水気を絞り、一口大に切る
- ②魚肉ソーセージもチンゲン菜と同じ大きさに切る
- ③卵は割りほぐし、マヨネーズを入れて混ぜておく
- ④フライパンに油を入れて魚肉ソーセージを炒め、チンゲン菜を入れてかるく炒め、③を入れ半熟になったら火を止める
- ⑤塩、こしょうで味をととのえる



## 豚バラ白菜スープ (2人分)

【材料】

- 豚肉(バラ薄切り肉)…200g
- 白菜 ……300g
- かつおぶし……………適量
- ①だし液……………大さじ1
- ②酒……………大さじ1
- ③熱湯……………2カップ
- オイスターソース……………大さじ1

【作り方】

- ①白菜と豚肉を交互に重ねて5cm幅に切り、耐熱容器のふちに沿って敷き詰める
- ②①をまんべんなくふり入れ、ラップをかけて600Wの電子レンジで7~8分加熱する
- ③電子レンジから取り出して器に盛り付け、混ぜ合わせた③を注ぐ
- ④かつお節のをせ、混ぜながらいただく



冬の野菜  
【白菜】  
カリウム  
むくみ防止や高血圧予防  
白菜は低カロリーのため  
ダイエットサポートにも

【ほうれん草】  
鉄分と葉酸  
(貧血や冷え性の予防)



## 野菜まめ知識

野菜がニガチなお子さんに野菜を切るときに「繊維を断ち切る」ように切ると柔らかく、甘くなります。ピーマンや玉ねぎなどは食感が変わります。

## 野菜を上手に保存しよう!

せっかく買った野菜は、ムダなく美味しく食べたいもの。野菜によってベストな保存方法を知って、おいしく食べましょ!

冷凍庫で保存	野菜室で
立てて	・ピーマン ・コボウ ・大根 ・ニンジン
ぬらした新聞で包んで	・きゅうり ・レンコン ・キノコ類
常温で	・ネギ ・フロッコリー ・アスパラガス ・キャベツ
	・白菜 ・水菜 ・小松菜 ・ほうれん草 ・ニラ
	・ナス ・トマト ・玉ねぎ ・カボチャ ・イモ類

## みなみグループ(高浜小・港小区) 主な活動



公民館祭などで健康チェックしたり、地域でウォーキング等のイベントをしています。





今年度初めての広報誌となります。入学式・始業式から半年以上経ち、新しいクラスにも慣れてきた翼っ子達。後期も元気に過ごせるよう、支え、見守っていきたいと思います。

## 《 翼小学校 校長 村越 茂樹 》

コロナ禍での学校再開、不安も残る中、欠席も少なく子どもたちはよくがんばっています。

今こそ、心かよう学校・学級づくりの成果を発揮するときです。仲間との関わりの中で培ってきた、思いやり、みんなをおうえんする翼っ子です。この逆境を明るい笑顔とやる気で乗り越えてくれると信じています。教職員一同、一人一人の輝きを大切に、全力でサポートします。

## 《 PTA会長 寺迫 広樹 》

「すべては子供達の為に」の考えを継承し、この状況でも「できる事」「やるべき事」を先生方や保護者の皆様と協力、模索して、子供達が少しでも「楽しさ」を感じられる様に努めます。

「ピンチをチャンスに」で、共に乗り越え、成長していきましょう。よろしくお祈りいたします。

## ✿ がんばっています

### 児童会会長として 6年3組 岡田 佳帆 さん

今年は、スローガンの「大地」を大きな目標として、この1年で翼小学校のだれもが広い心をもてるようにしたいです。そのために児童会会長として、児童会の仲間と全校のお手本になれるように、がんばっていきたいです。



### ♪ こんなことがたのしいよ ♪

#### 1年1組

ふじい かほ さん



わたしは、たかとりじんじやでバツタをつかまえました。みどとなまえをつけました。きりふきで水をあげるとよろこんでいました。わたしもうれしかったです。

#### 1年2組

まえかわ ななみ さん

ずこうの「すてきなTシャツ」でえのぐをつかいました。たのしかったのは、おおきながようしにいろをぬることです。いつか、犬やねこをはこでつくりたいです。



#### 1年3組

いなだ こうた さん

ぼくは、やすみじかんに、えほんやブランコであそぶのがたのしいです。クラスにおともだちがいっぱいできました。おともだちといっしょにあそぶと、すごきたのしいです。





## ❖ 緑の学校

令和2年9月17日(木) 愛知県旭高原少年自然の家

心配された天気にも恵まれ、5年生は日帰りで緑の学校へ行きました。火起こし体験でマシュマロを焼いたり、ウォークラリーで道に迷ったりしました。皆で工夫して協力した1日は、忘れられない思い出となりました。



### 5年1組 都築 羽紗 さん

「全員います」みんながきちんとバスにのっているか後ろまで行って数えました。全員いたときは安心しました。学級委員として心がけた所は、みんなの気持ちが高揚するよう声をかけたり、1人になっている子がいないか気をつけて見るようにしていました。5の1は仲間と協力しあっていたのでステキなクラスだなと思いました。

### 5年2組 横井 綾乃 さん

私が緑の学校で1番楽しかったのは、ウォークラリーです。自然がきれいな森は空気が冷たく、虫や鳥の音が聞こえました。はんのメンバーと地図を読んで話し合った時や、ゴールについた時は、きずなが深まったように感じました。学級委員としては、みんながこまっていないかわかりやすい指示を出せるかを気を付けました。



### 5年3組 館前 柊陽 さん

テレビで火起こしを見てみると、とてもかんたんに見えて、だれにでもできるものだと思っていました。でもやってみると、火の粉は出るのに息をふいても火種にはなりません。班のみんなと協力したけれど、最後まで火はつかず、火の神に助けられました。みんなで協力する大変さと楽しさとくやしさが分かりました。

### 5年4組 田中 杏 さん

先生にバスレクの司会をたのまれました。とつぜんのことだったので少しきんちょうしましたが、みんなの協力のおかげで楽しい時間になり、ほっとしました。学級委員として話し合いの中心になったり、しおり作りに参加したり、整列の時に声かけをしたり、たくさんの良い経験ができました。すてきな思い出ができてよかったです。



## ❖ ガーデニンググループ 翼小くすのき広場メイン花壇

今年度のメイン花壇は、4年3組洞地海希さんがデザインしてくれた「心をついに」に決まりました。

みんなの心が一つになりますようにと思いを込めて、園芸委員の子供たちと、ガーデニンググループで植え替えをしました。お花がきれいに咲いて、みんなに元気を届けられたらうれしいです。

これから咲く花も増えてきます。ぜひ見てみてください。

### 4年3組 洞地 海希 さん

ぼくは、このデザインに、みんなと心がつながりたいという思いをこめました。ぼくの作品が選ばれてみんなの心が一つになると思うと、うれしくなります。



### デザインコンクール大賞

題「心をついに」



## ✎ 電子黒板・タブレット学習が始まりました

電子黒板・タブレット端末が導入され、10月10日の授業参観でも活用が見られました。

新しい授業スタイルに慣れてきた子供たちと、興味津々の保護者たち。子供たちは楽しく授業が進められている様でした。

これからもICT機器を大切に、有効に活用してほしいです。



## ♻️ アルミ缶回収のご報告

アルミ缶回収のご報告です。

現在 約10,000円です。

ご理解とご協力、ありがとうございます。引き続きよろしく願い致します。





# 「新任、転任の先生のことば」 ～「翼小学校の印象・思い」～



杉浦 千枝 先生

高取小学校から参りました。元気で明るい子どもたちに、翼小の力強さを感じました。「学校って楽しいな」と思ってもらえるような毎日にしたいです。



村松 友未 先生

翼小の子どもたちの元気なあいさつに感激しました。毎日元気に笑顔で、共に過ごしていきたいと思います。よろしくお願いたします。



河村 光子 先生

高取小学校から参りました。素直で明るい翼っ子と勉強ができてとても嬉しいです。これから、たくさんの楽しい思い出を一緒に作っていきたいです。



江坂 裕子 先生

10年ぶりの小学校勤務。いつもと違う学校生活の中、子どもたちの笑顔が見られる日々を楽しんでいます。保健室から心と体のサポートをしていきます。



鈴木 夏美 先生

吉浜小学校から参りました。明るく温かな雰囲気あふれる翼小に赴任でき大変うれしく思います。子ども達と共に素敵な日々を送れるように頑張ります。



加藤 将智 主事

豊田市立大沼小学校から参りました。元気な子供たちときれいな校舎に毎日癒されています。子どもたちの安心安全な学習環境を支援していきます。



杉浦 夏月 先生

児童として通っていたここ翼小学校に、先生としてまた通えることがとても嬉しいです。明るく元気で優しい翼っ子と毎日楽しくすごしていきたいです。



石川 千明先生

明るく元気のよい子どもたちと一緒に過ごすことが本当に楽しいです。一緒に思いっきり笑って、成長しましょうね。



河田 響子 先生

先生の顔、友達の顔を見て一生懸命話したり、聞いたりする姿とても素敵です。これからみんなとたくさん新しいことを学んでいくことが楽しみです。



杉村 奈帆 先生

子どもたちの笑顔あふれる明るい挨拶に、毎日、元気をもらっています。これからも、翼っ子と共に楽しく過ごしていきたいです。

## 転出された先生方

お世話になりました。ありがとうございました。

- ・松下 直孝 主査 → 高浜小学校へ
- ・東 貴富子 先生 → 高浜小学校へ
- ・竹本 海 先生 → 吉浜小学校へ
- ・森田早央里先生 → 県立小牧特別支援学校へ
- ・神谷 拓馬 先生 → 川崎市立生田小学校へ
- ・内藤 洋司 先生 → 高浜中学校へ
- ・岡田ますみ 先生 → 西尾市立一色南部小学校へ
- ・深津 諭 先生 → 吉浜小学校へ
- ・磯部あゆみ先生 → 吉浜小学校へ
- ・永坂 和美 先生 → 高取小学校へ
- ・池田 奈美 先生 → 高取小学校へ



本・雑誌の

高浜市立図書館

# リサイクル会のおしらせ

2020

12/12 (土) ~ 12/21 (月)

午前 10 時 ~ 午後 6 時

※入場は午後 5 時まで

高浜市立図書館(本館) 2階 郷土資料館 にて

「密」を防ぐため  
雑誌を3日間に  
わけて配布します!

12/  
12 (土)

12/  
13 (日)

12/  
19 (土)

各日、配布する雑誌のタイトルは、  
館内掲示・図書館ホームページ  
でご確認ください。

図書館で保管期限切れになった雑誌、  
利用者の方からいただいた  
リサイクル本を無料で  
譲渡いたします



感染症対策  
のお願い

- 開始時間前に並ぶのはご遠慮ください。
- マスクの着用をお願いいたします。
- 会場入場時、退場時に手指の消毒をお願いいたします。
- 入場者数により入場制限をさせていただく場合があります。
- お持ち帰り用の袋をご持参ください。

<お問合せ先>

高浜市立図書館 休館日：火曜日(祝日開館)

☎0566-52-0240 開館時間：午前 9 時 ~ 午後 6 時



耐震改修・快適化の悩みを **解決!**  
**無料相談会**を開催します。

災害等から大切な命や財産を守るには、お住まいを地震に強く、快適な家に維持しておく事が重要です！  
 高浜市では、「高浜市建築耐震研究会」の協力を得て、この度春日町町内会へ出張相談会を開催する事となりました。



これを機会にお住まいの耐震性の確認のみならず、快適化をご検討されてはどうでしょうか？

対象となる建物

・旧耐震建築物の木造住宅  
 (木造のアパート、長屋含む)  
 ※ツーバイフォー、プレハブ住宅及び木造以外の混構造は対象外です。  
 ※昭和56年以前建築が旧耐震建築物となります。

ご用意頂きたい書類

住宅建設時の確認申請副本(控え)  
 又は、間取りのわかる図面等があれば、ご相談がスムーズです。

日時・場所

令和2年12月19日(土) AM9:00~12:00  
 場所:市役所会議棟(青木町四丁目1-2)

ご相談・お問い合わせ

↓下記へ事前申し込みください。

高浜市役所 都市政策部 都市計画グループ  
 〒444-1398高浜市青木町四丁目1番地2 0566-52-1111(内線270)  
 開庁時間:平日8時30分~17時15分