



## 「五月飾り」をしんぐら



木材を使って温かみのある五月飾りをつくりましょう。  
製作見本は、「あかおにとん」と「いきいき広場」に展示してあります。

**とき** 4月28日(火) 午前10時～午後3時

**ところ** ものづくり工房あかおにとん(青木町九丁目)

**定員** 大人4人

**参加費** 500円(工房利用料含む、当日お支払ください)

※作業に適した服装でお越しください。埃が気になる方はマスクなどをお持ちください。

**申込期間** 4月16日(木)～26日(日)  
(月・水・金曜日を除く)

**申込方法** 開館日(火・木・土・日曜日)の午前10時～午後4時の間に、直接電話で申し込んでください。

※定員になりしだい締め切りです。

※キャンセルの場合は、必ず連絡してください。

**申込・問合せ先**  
ものづくり工房あかおにとん  
☎52-06069

## 電子証明書の交付を一時停止します

公的個人認証サービスを利用する際、必要となる電子証明書の交付を4月17日(金)の午後3時から終業まで、機器などの更新作業のため、一時的に交付を停止します(有効期間満了に伴う更新手続きも行うことができません)。

土・日曜日も電子証明書の交付をしていないため、4月17日(金)午後3時から19日(日)まで、電子証明書の交付ができないこととなります。

ご理解・ご協力をよろしくお願いたします。

### 問合せ先

市市民窓口グループ  
☎52-11111(内線214・218)

## アフリカに毛布をおくる運動

アフリカの方々にぬくもりと喜び、そして生きる勇気をもたらす毛布を送る活動にご協力をお願いします。

**とき** 5月17日(日) 午前10時～午後2時

**ところ** Tぽーと北口前

※ご協力いただける場合は、当日毛布を会場までご持参ください。

### 問合せ先・主催

アフリカへ毛布をおくる運動  
推進委員会  
☎75-81-833

## 地域で支える「高齢者配食サービス事業」-6-

今回は、平成20年10月から配食サービス協力店に加わってくださった「三河屋」さんを紹介いたします。

**配食メニュー紹介【三河屋弁当】**  
三河屋(青木町)



### 保健師からのワンポイントアドバイス

日本人の主食である『お米』。ご飯は、パンや麺類に比べて、よく噛んで食べられます。よく噛むと、①だ液がよく出て虫歯予防になる、②脳の血液循環がよくなり、脳が活性化して認知症予防になる、③早く血糖値が上昇するため満腹感が得られ、食べすぎを予防して肥満予防になる、といった良い点があります。



### Q.お弁当作りでのこだわりは？

A. 契約農家から直接仕入れたお米を使い、作り手の顔が見えることで食の安全安心に努めています。  
お弁当の配達時には、お届け先の高齢者の方とお話できるのでいつも楽しみです。

※高齢者配食サービス事業の詳細については、平成20年11月1日号広報をご覧ください。

問合せ先 いきいき広場内保健福祉グループ ☎52-9871

4月1日号9ページ「子育て応援特別手当」において、例として記載した図(Bさん世帯)のうち、「手当の対象となる子ども」の生年月日に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。(誤)平成2年4月2日→(正)平成14年4月2日

