

地域子育て支援センター行事案内

- 3/17 (火)** 子育てマイスター(保育士)  
時間▶午前10時～11時30分  
場所▶子育て支援センター
  - 3/19 (木)** 絵本の読み聞かせ  
時間▶午前10時30分～11時  
場所▶子育て支援センター
  - 3/23 (月)** リズムダンス&親子ふれあいあそび  
時間▶午前10時30分～11時  
場所▶子育て支援センター
  - 4/16 (木)** 絵本の読み聞かせ  
時間▶午前10時30分～11時  
場所▶子育て支援センター
  - 4/17 (金)** 母子クリニックにて「手形・足形をとろう」  
時間▶午後2時～3時  
場所▶「すこやか」集団健診室
  - 4/21 (火)** とびだせカンガルー講演会「自然から学ぶ子育て」  
時間▶午前10時30分～11時  
場所▶子育て支援センター
  - 4/23 (木)** 太極拳&親子ふれあいあそび  
時間▶午前10時30分～11時  
場所▶子育て支援センター
- 申・問 地域子育て支援センター(☎87-3830)



食育 CORUMN 9

食に親しみ、食を楽しもう！  
～食は生きる力～



第9回目は、「食生活指針」についてご紹介します。食生活をめぐるさまざまな問題を踏まえ、国民一人ひとりの健康増進、生活の質の向上、食料の安定確保を図るために、平成12年に文部科学省、厚生労働省、農林水産省が策定したものです。

次の「食生活の指針」の10項目をもとに規則正しい食生活を送るように心がけましょう。

1. 食事を楽しみましょう
2. 1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを
3. 主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを
4. ごはんなどの穀物をしっかりと
5. 野菜・果物、牛乳・乳製品、豆腐、魚なども組み合わせ
6. 食塩や脂肪は控えめに
7. 適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を
8. 食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も
9. 料理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく
10. 自分の食生活を見直しましょう

問 農林政策課(☎88-8106)

**東山いこいの森・岩屋オートキャンプ場 利用申し込み受付**

申込先・利用期間  
東山いこいの森  
4月から指定管理者が管理・運営を行います。  
4月2日(木)以降に、「東山いこいの森」までお申し込みください。  
利用期間▶4月20日(月)～11月20日(金)

申・問 農林政策課(☎88-8106)  
東山いこいの森(☎83-1347)

**岩屋オートキャンプ場**

4月1日(水)～30日(木)は、商工観光課まで。5月1日(金)以降は、「岩屋オートキャンプ場」までお申し込みください。  
利用期間▶5月1日(金)～11月10日(火)

申・問 商工観光課(☎88-8105)  
岩屋オートキャンプ場(☎89-3450)

※両施設とも、4月1日(水)のみ、午前8時30分から市役所1階、第4会議室(農林政策課横)で利用期日の抽選会を行います

**カタクリまつり 春のパンビライン 小登山参加者募集!**

恒例のパンビラインハイキングを開催します。カタクリの花など春の植物を眺め、春の1日を満喫しましょう。また、ハイキング後には物産市を開催します。今年は自然体験・スポーツ課と合同で開催します。  
とき▶4月12日(日)  
午前9時～正午頃  
集合場所▶勝山駅裏駐車場  
講師▶小林 則夫氏ほか  
参加費▶100円(保険料)  
その他▶当日受付 小雨決行  
問 遅羽公民館(☎88-0364)

**第2回福井県 花のまちづくり コンクール募集**

応募期限▶4月17日(金)まで  
部門▶団体・個人・企業  
応募方法▶応募用紙に花壇づくりなどの状況を記入し、過去1年以内の花壇の写真をつけてご応募ください。用紙は事務局にあります。  
※入賞者には副賞があります  
申・問 生涯学習課内 美しい奥越を創る協会事務局(☎88-8112)

勝山市臨時職員募集

採用を希望されるかたは、市販の履歴用紙に必要事項をご記入のうえ、申し込み先まで提出してください。

①商工観光課事務補助員  
募集人員▶2人  
賃金▶55600円/日(8時間)  
雇用期間▶4月1日から約5か月間

②学校、体育施設等市施設の小修繕および維持管理作業(大工経験者、小修繕用の大工道具等の持ち込みを含む)  
募集人員▶1人  
賃金▶69900円/日(8時間)  
雇用期間▶4月2日から約6か月間

【①②の共通事項】  
勤務場所▶勝山市役所  
勤務日▶毎週月～金曜日

**初心者手話講習会 受講者募集**

受講期間▶5月15日(金)  
～10月末までの毎週金曜日  
午後7時～8時30分  
ところ▶福祉健康センター「すこやか」

対象▶高校生以上(初心者のかた)  
受講料▶500円(テキスト代)  
定員▶15人  
申込締切▶4月20日(月)

申・問 福祉・児童課(☎88-0777)

勤務時間▶午前8時30分～午後5時30分  
休日▶土曜・日曜、祝日  
(有給休暇あり)

申込期限▶3月23日(月)

申・問 商工観光課(☎88-8105)

**春の火災予防運動 3月20日(金)～26日(木)**

住宅防火のいのちを守る7つのポイント  
-3つの習慣・4つの対策-

**3つの習慣**  
○寝たばこは、絶対やめる  
○ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する  
○ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す

**4つの対策**  
○逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する  
○寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する  
○火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する  
○お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる

全国統一標語  
「火のしまつ 君がしなくて 誰がする」  
勝山市統一標語  
「かさいほうちき みんなのいえの けいびいん」

**わがまちげんき発展事業 報告会、説明会開催**

昨年5月にエコミュージアムを推進するまちづくり事業の提案をいただき、活動助成を行った18団体の取り組みについての報告会を開催しました。どなたでも見学することができ、また、平成21年度わがまちげんき発展事業の説明会を次のとおり開催します。

**事業報告会**  
とき▶3月29日(日)  
午前9時～午後1時  
ところ▶福祉健康センター「すこやか」多目的ホール

**事業説明会**  
とき▶4月13日(月)  
午後7時～8時30分  
ところ▶教育会館3階第1研修室

問 未来創造課内 エコミュージアム協議会事務局(☎88-1115)

昨年の様子

**土地家屋調査士 無料登記相談**

とき▶4月1日(水)  
午前10時～午後4時  
ところ▶勝山商工会議所

内容▶土地境界問題や地目変更、分筆登記など  
・建物の新築、取り壊しの登記など  
問 福井県土地家屋調査士会事務局(☎0776-33-2770)

**春季消防訓練**

とき▶4月13日(月) 午前6時30分～  
ところ▶旭毛屋町一帯  
内容▶火災防ぎょ訓練と一斉放水  
・要援護者救護訓練  
・走りやんこ(午前9時ごろ)  
出発▶お茶所橋前(栄町4丁目)  
ゴール▶長山公園  
※当日午前6時30分頃に各公民館のサイレンが鳴ります。火災と間違わないようにお願いします

問 勝山市消防署(☎88-0400)