

## 町の保健推進員さんの

# おいしいレシピ紹介

料理上手な保健推進員さんたちの自慢のメニューを皆様にご紹介します。

第1回目は、「かき玉とろろ汁」です。これは8月のクッキングサークルで厚賀地区の保健推進員さん方が調理したメニューの1つで、9月に開催した男の料理教室でも調理した1品です。喉ごしがよく、飲み込みづらい方やお子様にもおすすめです。



是非、ご家庭でも挑戦してみてください。

### ▼材料 <4人分>

だし汁4カップ、しょうゆ大さじ2、卵2個、  
長いも10cm程度

### ▼作り方

- ① 鍋に昆布とかつお節で濃いめのだしをとる。
- ② 卵は溶きほぐしておき、長いもはすりおろしておく。
- ③ だし汁にしょうゆで調味し、煮立たせたところに卵とすりおろした長いもをかけ回してできあがり。

## 門別警察署からのお知らせ

### ～社会に広げよう被害者支援の輪～

11月25日～12月1日は【犯罪被害者週間】

警察では事件や事故被害に遭った方や家庭内暴力、ストーカー、お子さんのいじめ問題などで悩んでいる方などの相談を受け付けています。

また、事件や事故による心の傷が癒やされず悩んでいる方のために、民間被害者相談窓口のカウンセラーがあなたのお話を伺います。

### 【警察相談電話】

#### ○ 被害者相談

- ・ 性犯罪被害110番（フリーダイヤル） 0120-756-310  
(携帯電話から) 011-242-0310
- ・ 暴力相談電話 011-222-0220
- ・ 少年相談110番（フリーダイヤル） 0120-677-110

#### ○ 一般相談

- ・ 警察本部相談専用電話 #9110 (シャープ9110)
- ・ 門別警察署 01456-2-0110

### 【民間被害者相談電話】

- ・ 北海道被害者相談室（札幌） 011-232-8740
- ・ 苫小牧地区被害者相談室 0144-37-7830

## 門別温泉とねっこの湯からのお知らせ

門別温泉とねっこの湯は、この度三年間にわたる改修工事が完了いたしました。

工事期間中は大変ご不便をおかけしましたが、皆様方のご理解ご協力を賜り感謝申し上げます。

今後とも皆様に愛される温泉施設として努力して参りますので、皆様方のご来館をお心よりお待ちしております。

日高町・門別温泉とねっこの湯



## 放課後子ども教室「アスク」



### ■「染め物に挑戦」

放課後子ども教室「アスク」では、10月に『染め物に挑戦』を二地区で開催しました。

○門別地区（10月4日）・・・会場：門別公民館

○富川地区（10月9・10・11日）・・・会場：新光町生活館



絞り染めをするため、自分たちで石を輪ゴムで生地結び付け、それぞれ好きな色へ漬けこみ作成しました。赤・緑・紫などの色に染まったオリジナルの模様の出たエコバッグが完成し、子ども達の喜ぶ姿が見られました。

今年度より、厚賀地区でも「アスク」を開催することになりました。11月1日、厚賀コミュニティセンターで「染め物に挑戦」を開催しました。今後は「凧を作ろう」、「木工」を開催します。

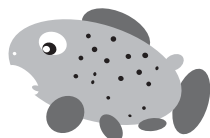
## 門別ことぶき学園第4回本科「修学旅行」

10月23・24日、門別ことぶき学園第4会本科「修学旅行」を学園生34名参加のもと開催しました。

1日目はJR幾寅駅で映画セットを、旭川市立科学館でプラネタリウムを見学し、宿泊地である層雲峡温泉に向かいました。

2日目は旭山動物園、男山酒造を見学し帰路につきました。

例年より早い開催としたため車窓からの紅葉が楽しめ、宿泊ホテルでの交流会では賑やかで楽しい時間を過ごすことができました。



## 『ルアーフィッシング教室 in かなやま』 終わる！



10月17日・20日の2日間、『ルアーフィッシング教室inかなやま』が開催され20名の子ども達が参加しました。

初日は総合町民センター横の冒険広場を会場に、事前研修として魚や用具の知識、ルアーの投げ方などを学習し、最初は上手く投げることの出来なかった参加者も、回数を重ねるごとにどんどん上達し30メートルを遠投する参加者もいました。

2日目は南富良野町にある「かなやま湖」にて、日高町に拠点を置く釣り会『TCD（トップキャスターズダービー）』の方々を講師に招き、優しく楽しみながらルアーフィッシングを教えていただきました。

前週の大雪の影響で残雪がある肌寒い天候の中、初めてルアー釣りに挑戦した参加者もどんどんキャスト（竿についたルアーを遠くに飛ばすこと）が上手になり、大人顔負けのキャストをしている参加者もいました。

そんな中、門別小学校の山田柚璃さん（3年生）が、見事40cmを超える大きなアメマス（アヘマス）を釣り上げ、釣れなくて諦めかけていた参加者の気持ちに火をつけていました。

釣れなかった多くの参加者も『掛かったけど釣り上げる事ができなかった』、『ルアーをアメマスが追ってきた！』、『釣れなくて悔しかったけどまた来年も参加したい！』などと感想を述べ思い出に残る秋の一日となりました。

