すくすくコーナー募集

すくすくコーナーでは0歳から3歳頃までのお子さまをご紹介しています。応募はしたいけど良い写真が撮影できないとお困りの方も、ご相談いただければ撮影にお伺いします。企画課までお気軽にご連絡ください。

こちらからもご応募できます

四万十町HP
すくすくコーナー募集

〔お問い合わせ先〕
企画課　広報情報グループ　☎22-3124

お詫びと訂正

四万十町通信2月号に掲載しました、四万十町議会議員選挙投開票結果（P10）に係る記載内容のうち、林健三議員の年齢を「64 歳」としていましたが、**正しくは「68 歳」**でした。

ご迷惑をおかけしましたことをお詫び申し上げますとともに、ここに訂正いたします。

短歌

［窪川短歌教室］

千両万両の赤の傍（かたわら）しだれ梅のいっせいに白く春を告げいる　宮崎　美紀代

さざんかのあかく散りしく石段を登ればとおき村長（むらおさ）の墓　島岡　紀美

目覚めれば背筋冷たしこの夜更け青女（せいじょ）が庭に舞い降りてゐむ　市川　浩子

夕道（ゆうみち）を歩むわが影伸びるだけ伸ばされておりゆっくりゆこう　市川　隆子

甘酒ともらいしどぶろく少し混ぜ私の甘さで今夜も一杯　岡村　香代子

Let's cooking!! おうちで給食レシピ

十和給食センター編

しいたけとさつまいものたたき



【材　料】(4人分)

しいたけ……120g	にんじん……30g
さつまいも…100g	玉ねぎ……80g
片栗粉……適量	ねぎ……12g
揚げ油……適量	

タレ
- 砂糖……28g
- こいくちしょうゆ…40g
- ゆず酢……10g
- 酢……22g



①しいたけは軸を取り、厚めにスライスする。さつまいもは厚めの短冊に切る。

②①に片栗粉をまぶして油で揚げる。

③玉ねぎは薄くスライスし、にんじんは千切り、ねぎは小口切りにする。

④タレはよく混ぜ合わせておく。

⑤②を皿に盛り付け、③をちらして、食べる直前に④のタレをかけたらできあがり!

【ポイント】
さつまいもの代わりに、なすやかぼちゃを一緒に揚げてもおいしいです。

1月　学校給食食材の放射能測定

	検査期間	セシウム134	セシウム137	ヨウ素131
窪川学校給食センター	1/8～15	不検出	不検出	不検出
大正学校給食センター	1/8～15	不検出	不検出	不検出
十和学校給食センター	1/8～15	不検出	不検出	不検出

実 施 日：平成31年1月30日
検査機関：株式会社　日本食品エコロジー研究所
食品分析センター

※不検出とは測定下限値未満（<1.0Bq/kg）であることを示しています。検査に使用する食材は、約1週間分の原材料（調味料を除く）です。一定量を混合試料にして検査します。

平成31年 四万十町 くらしのカレンダー

★ 健康・医療・介護・育児相談
★ 医療機関情報の提供
しまんと健康ホットライン
☎0120-788-410
24時間年中無休

日付	曜日	内　容	時　間	場　所	お問い合わせ
3月					
10	日	休日水道修理当番			高橋設備　☎22-0662
		休日在宅当番医			くぼかわ病院　☎22-1111
11	月	役場よりお知らせ	18:45		
12	火	【窪川】１日行政相談	10:00～15:00	農村環境改善センター　2階会議室	総務課　☎22-3111
13	水				
14	木				
15	金				
16	土	休日水道修理当番			桑原水道　☎22-1163
17	日	休日水道修理当番			横山建材店　☎22-3608
		休日在宅当番医			大西病院　☎22-1191
18	月	役場よりお知らせ /40010 のたから松葉川保育所	18:45		
19	火				
20	水	３歳６か月健診	対象者に個別通知	役場東庁舎	健康福祉課　☎22-3115
21	木	休日水道修理当番			岩本商店　☎22-2716
		休日在宅当番医			くぼかわ病院　☎22-1111
22	金	献血	10:00～12:00 13:15～16:00	役場東庁舎	健康福祉課　☎22-3115
23	土	休日水道修理当番			日化住宅機器　☎22-0407
24	日	休日水道修理当番			宮脇水道　☎22-1581
		休日在宅当番医			くぼかわ病院　☎22-1111
25	月	役場よりお知らせ	18:45		
26	火				
27	水	４か月・７か月・12 か月児健診	対象者に個別通知	窪川地域子育て支援センター	健康福祉課　☎22-3115
28	木				
29	金				
30	土	休日水道修理当番			高橋設備　☎22-0662
31	日	休日水道修理当番			桑原水道　☎22-1163
		休日在宅当番医			くぼかわ病院　☎22-1111
4月					
1	月	新年度　人事異動概要	18:45		
2	火				
3	水	赤ちゃん相談・ひまわり相談・母乳相談	13:30～16:00	窪川地域子育て支援センター	健康福祉課　☎22-3115
4	木	人権相談所　十和	10:00～15:00	コミュニティーセンターとおわ	十和町民生活課　☎28-5112
5	金	乳幼児健診	対象者に個別通知	大正健康管理センター	十和町民生活課　☎28-5112
6	土	休日水道修理当番			横山建材店　☎22-3608
7	日	休日水道修理当番			岩本商店　☎22-2716
		休日在宅当番医			くぼかわ病院　☎22-1111
8	月	新規採用職員紹介	18:45		
9	火	【窪川】１日行政相談	10:00～15:00	農村環境改善センター　2階会議室	総務課　☎22-3111
10	水	【大正】１日行政相談	10:00～12:00	大正地域振興局　2階　小会議室	大正地域振興局　☎27-0111
		【十和】１日行政相談	13:00～15:00	十和地域振興局　2階　第２会議室	十和地域振興局　☎28-5111
		人権相談所　大正	10:00～15:00	大正地域振興局　2階　小会議室	大正町民生活課　☎27-0112
11	木				
12	金				
13	土	休日水道修理当番			日化住宅機器　☎22-0407
14	日	休日水道修理当番			宮脇水道　☎22-1581
		休日在宅当番医			くぼかわ病院　☎22-1111

ひまわり相談は、育児の悩みや子どもの発達、保護者自身の健康の悩みを医師に相談できます。

お問い合わせ

〔行政放送お問い合わせ先〕
毎週月曜日更新　四万十ケーブルテレビ　☎22-1117

〔各種健診お問い合わせ先〕
健康福祉課　☎22-3115

納期のお知らせ

１日行政相談 … 国の仕事・サービスでお困りの方、ご相談ください。
【窪川】行政相談員　森 英真　【大正・十和】行政相談員　林 久志

人権相談 … 無料・秘密厳守です。

休日在宅当番医
【大正診療所】休日・夜間の急患の診療に対応しています。
必ず電話で確認のうえ受診してください。　☎27-0210

※休日水道修理当番は窪川地域のみです。
大正・十和地域の方は各地域振興局にお問い合わせください。
大正地域振興課　☎27-0111　　十和地域振興課　☎28-5111