



北斗の拳フィギュア列伝

企画展開催中！絶対撮りたいフォトスポット情報！



開催中の「北斗の拳フィギュア列伝」にはフォトスポットがいっぱい！名シーンの顔出しパネルや、等身大のケンシロウ & ユリアと記念撮影してみませんか？



「我が生涯に一片の悔い無し！ラオウになりきれ」顔出しパネル © 武論尊・原哲夫/NSP1983



海洋堂ホビー館四万十 ☎29-3355

[入館料] 高校生以上 800円 小中学生 400円 [営業時間] 午前10時～午後6時

詳細はホームページでご確認ください

ホビー館 <http://ksmv.jp/>

イベント情報

梅雨のものづくり体験教室

お花のアクセサリーづくり

入館料の他別途参加料が必要です。所要時間：1時間程度

2019年6/1(土)～6/30(日)まで

梅雨の季節、ホビー館でプラバンを使ってお花のアクセサリーを作ってみませんか？こどもの遊びのイメージがあるプラバンですが、色鉛筆を使って着色することでふんわりとした優しい雰囲気のある作品に仕上がります。



※写真はイメージです。

Let's cooking!! おうちで給食レシピ

窪川給食センター編

かつお飯

【材料】(4人分)

- 米 ……2合
 - しょうゆ…15g
 - みりん ……5g
 - 塩 ……2.5g
 - 酒 ……15g
 - かつお…110g
 - 生姜 ……9g
- ①酒 ……7g
②しょうゆ…15g
③さとう ……9g
④みりん…32g
⑤水 ……適量



- ①米を洗い炊飯器に入れ、Aの調味料分を引いた水の分量を入れる。Aの調味料をいれたら軽く混ぜて炊く。(水の分量は目盛りより少しだけ少なめに入れる)
- ②かつおは、ひと口大に切る。生姜は千切りにしておく。ねぎは小口切りにする。
- ③かつおに熱湯をかけ、臭みをとる。
- ④鍋にかつおと生姜、Bの調味料を入れ、かつおが浸るくらいの水を加える。
- ⑤こげないようにかき混ぜながら、水分が少なくなるまで炒りつける。
- ⑥炊き上がったご飯と⑤のかつおをまぜ、仕上げにねぎを混ぜて出来上がり。

3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	3/1～7	不検出	不検出	不検出
大正学校給食センター	3/1～7	不検出	不検出	不検出
十和学校給食センター	3/1～7	不検出	不検出	不検出

実施日：平成31年3月25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。

SNSでも情報を発信中!

● 四万十町ホームページアドレス ● <http://www.town.shimanto.lg.jp/>

※広報「四万十町通信」はホームページでも、ご覧いただけます。(pdfファイル)



四万十町公式Instagram!

右のQRコードを読み取っていただくと、四万十町公式Instagramのページがご覧いただけます。



四万十町公式フェイスブック!

右のQRコードを読み取っていただくと、四万十町公式フェイスブックのページがご覧いただけます。



令和元年 四万十町 暮らしのカレンダー

★ 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
5月					
11	土	休日水道修理事当番			高橋設備 ☎22-0662
12	日	休日水道修理事当番 休日在宅当番医			桑原水道 ☎22-1163 くぼかわ病院 ☎22-1111
13	月	各課紹介(健康福祉課・学校教育課・生涯学習課)	18:45		
14	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
15	水	3歳6か月児健診	対象者に個別通知	役場東庁舎	健康福祉課 ☎22-3115
16	木				
17	金				
18	土	休日水道修理事当番			横山建材店 ☎22-3608
19	日	休日水道修理事当番 休日在宅当番医			岩本商店 ☎22-2716 大西病院 ☎22-1191
20	月	各課紹介(大正地域振興課・大正町民生活課・大正診療所)	18:45		
21	火	母乳相談	9:30～11:30	大正地域子育て支援センター	大正町民生活課 ☎27-0112
22	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
23	木				
24	金	ほんぼこひろば～マタニティカフェ～	10:00～12:00	窪川地域子育て支援センター	健康福祉課 ☎22-3115
25	土	休日水道修理事当番			日化住宅機器 ☎22-0407
26	日	休日水道修理事当番 休日在宅当番医			宮脇水道 ☎22-1581 くぼかわ病院 ☎22-1111
27	月	各課紹介(十和地域振興課・十和町民生活課・十和診療所)	18:45		
28	火				
29	水				
30	木				
31	金	軽自動車税(全期) 固定資産税(1期)			税務課 ☎22-3116 税務課 ☎22-3116
6月					
1	土	休日水道修理事当番			高橋設備 ☎22-0662
2	日	休日水道修理事当番 休日在宅当番医			桑原水道 ☎22-1163 くぼかわ病院 ☎22-1111
3	月	人権相談所 窪川(岡本・中津)	10:00～15:00	四万十町社会福祉センター	町民課 ☎22-3117
		人権相談所 大正(岡林・横山)	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
		人権相談所 十和(伊賀・芝)	10:00～15:00	コミュニティセンターとおわ	十和地民生活課 ☎28-5112
		【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		
		学びの時間	18:45		
4	火				
5	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
6	木				
7	金				
8	土	休日水道修理事当番			横山建材店 ☎22-3608
9	日	休日水道修理事当番 休日在宅当番医			岩本商店 ☎22-2716 くぼかわ病院 ☎22-1111
10	月	役場からのお知らせ	18:45		
11	火				
12	水				
13	木				
14	金	乳幼児健診	対象者に個別通知	大正健康管理センター	大正町民生活課 ☎27-0112
15	土	休日水道修理事当番			日化住宅機器 ☎22-0407
16	日	休日水道修理事当番 休日在宅当番医			宮脇水道 ☎22-1581 大西病院 ☎22-1191

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

※休日水道修理事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