

～昔と今、街を巡る、時を巡る～ 日野ひなまつり紀行

開催日

2月5日(日)
～
3月4日(日)

開催場所

日野町大窪から村井、
西大路にかけての一带



大窪から村井、西大路にかけての商家や民家など150軒以上で、美しく飾られたお雛様と出会えます。2/25・2/26・3/3・3/4は特に多数のイベントが開催されます。皆さんぜひお越しください。

なお、期間中は町中を散策される方が多くなりますので、車をご利用の方は、徐行運転にご協力をお願いします。

◆問い合わせ先

日野観光協会(日野まちかど感応館内)

☎ ⑤2 6577 有線 ⑥1320



健康推進員

うえだ ゆきみ
植田 幸美さん
(小野)



かぶは早く入れるとすぐやわらかくなって煮崩れしやすいので、にんじんに火が通ったところに入れる。かぶを里いもに変えても美味しくいただけます。

子宮頸がん予防ワクチン ヒブワクチン 小児用肺炎球菌ワクチン

の接種助成(無料)制度の期間延長のお知らせ

平成24年3月末期限であった子宮頸がん予防ワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンの接種助成(無料)制度を平成25年3月末まで1年延長します。

【期間】 平成25年3月末日まで

【対象年齢・接種回数】

▽ 子宮頸がん予防ワクチン

対象年齢…中学1年生～高校3年生の女子

接種回数…3回

▽ ヒブワクチン

対象年齢…生後2か月～4歳の乳幼児

接種回数…4～1回(初回接種の年齢により異なります)

▽ 小児用肺炎球菌ワクチン

対象年齢…生後2か月～4歳の乳幼児

接種回数…4～1回(初回接種の年齢により異なります)

【接種方法】

市内の指定医療機関で接種してください。



○現在、高校3年生・高校卒業後1年未満の方へ○

平成23年度の対象年齢である現在の高校3年生と高校卒業後1年未満の女子(H4.4.2生～H6.4.1生)で子宮頸がん予防ワクチンの接種がまだの方は、平成24年3月末までに1回目を接種した場合に限り、平成24年4月以降も残りの回数の接種を助成します。

◆問い合わせ先

保健センター

☎ ⑤2 6574 有線 ⑤7777

ヘルシークッキング

鶏肉とかぶのみそシチュー



材料(4人分)

①【牛乳400ml、片栗粉大さじ1】、鶏むね肉小2枚(400g)、にんじん1本、玉ねぎ1個、かぶ4～6個(150g)、かぶの茎少々、バター24g、小麦粉大さじ1、水500cc、チキンスープの素1個、みそ大さじ1強、酒大さじ2、塩少々、こしょう少々

作り方

- ①牛乳に片栗粉を溶いて混ぜておく。
- ②鶏肉はそぎ切りにし、塩こしょうを少々ふる。にんじんは5mm厚さの半月に、玉ねぎはくし形に切る。かぶは6つ割りにする。
- ③バターで鶏肉、にんじん、玉ねぎの順に炒めて、鶏肉が白っぽくなったら、小麦粉を振り入れ、粉っぽさがなくなるまで炒める。水、チキンスープの素、酒を加え、にんじんが柔らかくなったところでかぶを入れ、時々混ぜながら5～8分煮る。
- ④①を入れて混ぜ、みそとこしょうで味をつけ、ゆでたかぶの茎を入れてひと煮する。

☆1人分エネルギー 394 kcal

たんぱく質20.8g / 脂質23.0g

食塩相当量1.6g