

食で育むいのちときすな 食育料理コンテストの結果

応募総数 1338点

地場産食材を使ったメニューを考えることで、若い世代に食への興味を深めてもらおうと、夏休みの課題として行っている料理コンテストです。新型コロナウイルス感染症予防のため実技(調理)は行わず、部門ごとの書類による審査を経て、12点が入賞しました。入賞作品はレシピ集を作成するほか、市ホームページ「健康ポータルサイト」にも掲載します。ぜひご活用ください。

入賞メニューと受賞者 ※市長賞のみ掲載、敬称略

小学生の部(野菜を使った朝食にふさわしい一品料理)

「ふんわり豆腐のきのこあんかけ～まごわやさしいネ～」

廻 帆花(桜台小6年)

◇まごわやさしい*の食材とネバネバ食材のオクラを使っています。大人にも喜んでもらえるよう味付けを工夫しました

*豆(大豆製品)、ごま、ワカメ(海藻類)、野菜、魚、しいたけ(キノコ類)、イモ類の頭文字をとった健康的な和食の合言葉



中学生の部(栄養バランスを考えたお弁当)

「伊勢原育ちの野菜を楽しめる美味しいお弁当」

松浦 菜々(成瀬中2年)

◇伊勢原産の野菜をたっぷり使い、シンプルだけど栄養バランスが整うようにしました



高校生の部(野菜を使った朝食にふさわしい1食分の献立)

「暑い夏にパパッとごはん」

増井 彩乃(伊志田高1年)

◇朝の忙しい時間でもすぐに作れるよう、冷凍野菜や電子レンジを上手に活用しました



健康づくり課 ☎94-4609

1面連動企画

高山市長の漢字1字「共」

皆さまにおかれましては、よき新春をお迎えのこととおよろこび申し上げます。

昨年は、新東名高速道路 伊勢原大山インターチェンジの開設をはじめ市の飛躍に向けた転換点となった一方で、新型コロナウイルス感染症の猛威への対応に取り組んだ1年でした。

そこで、私が思う今年の漢字1字は「共」です。感染症は依然として人々の日常を脅かし、地域経済にも深刻な影響を及ぼし



ています。今こそ市民や地域が「共同」「共助」の精神をもつことが求められています。

3月1日には記念すべき市制施行50周年を迎えます。同じ地域で「共に」助け合い、支え合い、皆が一丸となることで、難局を乗り越えていきましょう。

伊勢原市長 高山 松太郎

動画で学ぶ エコ・クッキング

地球温暖化対策のための国民運動「COOL CHOICE」。その取り組みの一環として、エネルギーを上手に使い、地球にも人にもやさしい「エコ・クッキング」の動画を公開しました。環境を思いやりながら買い物や調理、食事、片付けをすることで家計の節約にもなります。



厚木ガス(株)伊勢原支店の協力で、市内で料理教室を運営する平戸千恵子さんの指導による「時短で簡単!本格チキンカレー&ナン」の作り方を紹介しています。寒くなり、自宅で過ごす機会が増えるこの時季は、ピリッと辛いエコ料理に挑戦してみたいはいかがでしょうか。

市ホームページ「くらしのガイド」→「環境・衛生・ごみ」→「エネルギー・地球温暖化」かYouTubeの市公式チャンネルからご覧になれます◇右のQRコードからも視聴できます

公開期間 2月15日(月)まで

環境対策課 ☎94-4737



市ホームページ

消防活動PR動画を公開しています

消防署の仕事や消防団の活動を、より身近なものとして知っていただくため、PR動画を作成しました。

市ホームページ「防災・消防・救急」→「消防」かYouTubeの市公式チャンネルからご覧になれます◇右のQRコードからも視聴できます



PR動画



消防総務課 ☎95-9143

新型コロナウイルス 関連情報

新年も予防対策を

飲酒を伴う会食の機会が増える時季です。今年は大人数で集まるのは避け、普段一緒にいる人と過ごしましょう。会食する場合は短時間で、飲食時以外はマスクを着用しましょう。

全国的に感染拡大が続いています。引き続き、基本的な予防対策にご協力をお願いします。

健康づくり課 ☎94-4609

市内の患者発生状況

患者数(累計) 72人

※12月22日現在



距離の確保



マスクの着用



手洗い・消毒



小まめな換気

伊勢原市のみなさん 明けましておめでとうございます

ご葬儀で家族に負担を掛けたくないという人が増えています。そんな万が一に備えてご家族の経済負担をサポートする保険が生まれました。**サン・ライフ・ファミリーの「ご葬儀サポートプラン」**なら、あなたの万が一に備えて、大切なご家族への負担をサポートいたします。

満40歳から84歳までが加入でき、95歳まで一年単位で更新が可能で、持病があっても、通院中でも、規定の告知事項に該当しなければどなたでもご加入いただけます。

保険料は月額2,000円からで、死亡保険金は**60歳女性の場合167万2千200円支払われます。**

また、介護の準備金として、要支援から支払い対象となる介護一時金付定期保険もございますので、**まずは資料請求!お気軽にお電話ください。**

資料請求・お問合せ (新年は1月4日から営業となります。)

TEL.0463-22-2953

サン・ライフグループ 関東財務局長(少額短期保険)第50号

株式会社 **サン・ライフ・ファミリー**
〒254-0024 平塚市馬入本町13-2

サン・ライフ・ファミリー 検索

広告

株式会社 横浜メディアアド

「広報いせはら」に 広告を掲載しませんか?

※広告内容は「伊勢原市有料広告掲載に関する基本要綱」を遵守し、伊勢原市の事前審査を必要とします。

お問い合わせ)
TEL.045-450-1804
FAX.045-450-1817

横浜メディアアド
〒221-0052 横浜市神奈川区栄町5-1 YCS5F <http://soag.co.jp>