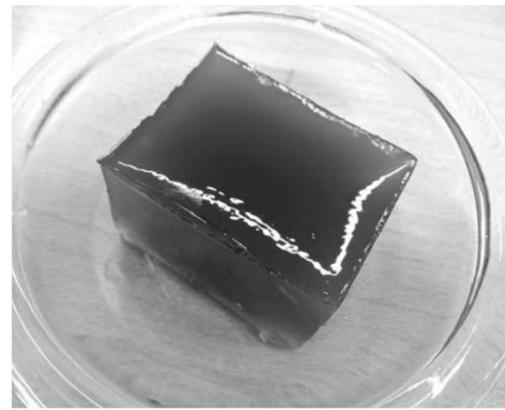


ヘルスメイトの おしゃべりコーナー

■生姜はその独特の香りや辛み成分に薬効があり、東洋医学で

は漢方薬として、また日本人には様々な料理の薬味食材としておなじみです。これらの成分には血行促進や、体を温める働き、また解毒や殺菌作用、食欲増進作用や疲労回復効果もあります。

■今回は、生姜の辛みを生かしたようかんを紹介します。さっぱりした味なので、お正月のデザートなどにもお試しください。



◎生姜ようかん

材料 (2人分) 作り方

棒寒天 (白)	1本
水	500ml
黒砂糖	60g
上白糖	120g
生姜汁	大さじ2

- ①寒天はよく洗って、水につけておく。
 ②①をちぎり、鍋に分量の水と一緒にに入れて火にかけ、沸騰したら火を弱め、3分煮る。
 ③②に2種類の砂糖を入れて溶かし、溶けたら生姜汁を加え、火からおろす。
 ④粗熱を取り型に入れて冷やし固める。

1人分の 栄養価	エネルギー	78kcal	脂質	0.0g
	たんぱく質	0.2g	鉄	0.3mg
	カルシウム	19mg	塩分	0.0g

問い合わせ先 …大豊町食生活改善推進協議会(住民課健康づくり班内)

今年も、開店!!

教育委員会だより



オープニングは5年生による太刀踊りの披露から

開店宣言後、たくさんのお客さんが押し寄せ、対応に大忙し!



今年は買っていただいた方に
手作りのゆずみそを☆おすそわけ☆



4年生は自分たちで作った
「大杉新聞」を配りに商店街へ

おはようございます。私たちはおおとよ小学校の4年生です。大豊町をPRする新聞を作りました。読んでください。ひろめ市場では、5・6年生が野菜やお米を売っています。よろしくをお願いします。

おおとよ小学校の4・5・6年生が、今年も、12月4日(日)に、自分たちの作った野菜・米、地域の方にいただいた野菜・ゆずなどの販売学習に、ひろめ市場へ行ってきました。準備をするときからたくさんの方が開店を待ってください、開店と同時に次々と商品が売れていきました。商品とともに「おすそわけ」を渡すと「まあ、うれしい!」「ありがとう!」という声があちらこちらから聞こえてきました。

大盛況!!

お詫び 12月号の「教育委員会だより」におきまして「エイモン先生がペットのコアラを連れてきてくれました」と記載しておりました「コアラ」はぬいぐるみです。「子どもの夢を壊したくない、臨場感を伝えたい」という思いで、「ぬいぐるみ」という言葉を記載しておりませんでした。コアラはオーストラリアの野生生物保護法で輸出禁止されています。もちろん、エイモン先生はコアラはペットとして飼っておりません。誤解を招きましたことを、深くお詫びします。

交通安全ニュース

高知東警察署本山警察庁舎
高齢者交通安全アドバイザー 上池
☎ (0887) 76 - 0110

●臨時高齢者講習

臨時認知機能検査を受け、認知機能の低下が運転に影響する恐れがあると判断された高齢者は、新設された「臨時高齢者講習」(個別指導と実車指導)を受けなければなりません。

2. 臨時適正検査制度の見直し

認知機能検査で認知症の疑いがあると判断された方は、臨時適正検査(医師の判断)を受ける、もしくは主治医などの診断書を提出する命令を受けることになります。
*医師の診断結果により認知症と判断された場合は運転免許の取り消しなどの対象となります。

3. 高齢者講習の合理化・高度化

認知機能検査の結果によって受ける講習の内容などが変わります。

75歳未満の方や、
認知症の疑いがない方

➡ 2時間に短縮

その他の方

➡ 個別指導を含む、
3時間の講習

謹賀新年

本年もよろしくお願ひ申し上げます

本年3月12日スタート

高齢運転者 対策の推進



新設!

1. 臨時認知機能検査・臨時高齢者講習

●臨時認知機能検査

現在、3年に一度の免許更新時に受けることとされている認知機能検査について、一定の違反行為があれば、3年を待たずに受けることとなります。

75歳以上の運転者が認知機能が低下したときに起こしやすい違反行為をしたときは、新設された「臨時認知機能検査」を受けなければなりません。

【一定の違反行為の例】

- ・信号無視・通行区分違反・一時不停止 など