

令和3年 2021年

【5月 皐月 May】

1	土	八十八夜
2	日	
3	月	● 憲法記念日
4	火	● みどりの日
5	水	● こどもの日 端午の節句・立夏
6	木	
7	金	よちよち（ふれあいセンター）10：00～12：00
8	土	
9	日	母の日
10	月	
11	火	
12	水	いきいき元気運動教室（ふれあいセンター）14：30～15：30 立川無医地区診療
13	木	
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	
18	火	久壽軒無医地区診療 狂犬病予防注射巡回（西峰・東豊永・東部・西豊永方面）
19	水	狂犬病予防注射巡回（天坪・大杉・立川方面）
20	木	狂犬病予防注射巡回（大田口・穴内・大杉方面）
21	金	
22	土	はつらつ健康運動教室（役場庁舎）10：00～11：00
23	日	
24	月	
25	火	西峰無医地区診療
26	水	
27	木	
28	金	
29	土	特定健診・胸部・胃がん・大腸がん（ふれあいセンター）8：30～10：00 （東豊永・西峰・東部・豊永地区）
30	日	特定健診・胸部・胃がん・大腸がん（ふれあいセンター）8：30～10：00 （大田口・穴内・立川・大杉・天坪地区）
31	月	固定資産税（1期）納付期限

【6月 水無月 June】

1	火	行政相談（ふれあいセンター）10：00～12：00 人権相談（ふれあいセンター）10：00～15：00 はみがき・栄養教室（豊永保育所）
2	水	はみがき・栄養教室（大田口保育所）
3	木	
4	金	はみがき・栄養教室（大杉保育所）
5	土	芒種
6	日	狂犬病予防注射（全地区）
7	月	

※新型コロナウイルスの影響で予定は変更となる場合があります。

乗合タクシー
運行当番表

大豊ハイヤー
☎7210143

豊永観光（有）
☎7510315

大杉ハイヤー
☎7210036



■高知県でたけのこは、春先の孟宗竹に始まり淡竹・真竹・秋の四方竹と、季節ごとに違った味わいを楽しむことができます。保存方法も塩漬けや乾燥、冷凍など様々あり1年中食べることができますが、やはりたけのこ本来の味を楽しむためにも、それぞれの旬の時期を逃さないようにしましょう。

■掘り上げてすぐのたけのこは、生で刺身として食べることができますが、伸びすぎや日に当たる時間が長いほどの、あくが強くなります。鮮度が大切ですので、収穫後や購入後はなるべく早く下処理しましょう。



たけのこの下ゆで

- ①たけのこは傷をつけないように注意して、縦に切れ目を入れて皮をはぎ、大きいものは縦半分に分ける。
- ②鍋にたけのこを入れ、たっぷりの水を加えて火にかけ、沸騰してから40分くらい（竹串が通るまで）ゆでる。
- ③使いやすい大きさに切り、1～2時間程度あくが取れるまで流水にさらす。ためた水の場合は、時々水をかえながら半日程度さらす。
- ④水を切り調理する。

※下ゆでには、皮付きのまま米ぬかや重曹を使用する方法もあります。お好みの方法でお試ください。

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

「高齢ドライバーの事故を防ぐ」

高齢ドライバーの交通事故の要因として「発見の遅れ」「判断の誤り」「操作の誤り」の割合が高いことをご存じでしょうか。



危険認知⇒慌てる⇒パニック
⇒操作ミス⇒交通事故

速度を控えめにし、交通事故の回避可能な地点で危険を認知し、発見の遅れが無いようにすることが重要です。

停止距離＝空走距離＋制動距離

停止距離 》危険を感じ、制動をかけて停止するまでの距離

空走距離 》危険を感じてからブレーキを踏み、ブレーキが効き始めるまでの距離

●速さが2倍→空走距離2倍

●速さが3倍→空走距離3倍

制動距離 》ブレーキが効き始めてから、実際に車が停止するまでの距離

●速度の2乗に比例

●速さが2倍→制動距離4倍

●速さが3倍→制動距離9倍



県下では、今年に入り高齢ドライバーのアクセルとブレーキの踏み間違いによる交通事故が発生しています。

体調がすぐれない時や
天候が悪い時は運転を控える

サボカーの利用を検討する

いろいろな事を検討しても
今後の運転について不安を感じる方は、免許証の自主返納をお勧めします。

