

Uさん家(中央) クー(オス1歳)



今年5月27日の譲渡会で、生後10カ月の子と目が合い決めました。4カ月たった今でも警戒心が強く、外から帰った時、物影からこちらを見て、家族と分かるかと甘えてきます。

掲載わん・にゃん募集中！ 環境政策課までご連絡ください

ドッグラン 11月8日(日)・11日(水)・25日(水)
市民無料開放日 AM9:00～11:00

問 ツインギー・アンド・パラダイス(猪子町832-5) ☎886-6616
この事業は、ツインギー・アンド・パラダイスのご厚意により、無償で行っています。利用条件がありますのでお問い合わせください。



問 環境政策課 ☎内線1563

牛久市では、ボランティアの協力を得ながら動物愛護事業をすすめています。屋外で生活する猫に餌を与えている住民の皆さんへ、世話をしている猫たちに不妊手術をしてください。風雨にさらされケガをしたり病気になっても病院へ連れて行ってくれる人がいない、そんな世界へ小さな命を投げ出すのもうやめましょう。生まれてくる仔猫には何の罪もありません。母猫はどんなにひもじくても文字通り身を削って子育てをします。屋外で生活する猫たちを本当に可哀想と思うなら、増やさない努力をしてください。また、危険な場所に猫を留まらせる行為は、交通事故による死亡の危険を高めます。屋外生活猫の生をつなぐには、多くのルールに則り、猫にも近隣にも十分な配慮、そして最後まで餌やりをやめない責任と覚悟が必要です。

牛久市栄養士部会編

毎月19日は食育の日 おとな子どもも朝ごはんでスイッチオン!!



しあわせをよぶ

レシピ



問 健康づくり推進課(市保健センター内) ☎内線1744



「和食の日」におすすめ!!

きのこの香るおみそ汁

1人分31kcal



食欲の秋、実りの秋、豊かな季節の味覚をたっぷり入れて、具だくさんのおみそ汁を味わいましょう。きのこことだしの「香り」と「うまみ」が、食欲をそそります。

【材 料】(2人分)

- しめじ…………… 30g
- まいたけ…………… 60g
- しいたけ…………… 30g
- 長ねぎ…………… 10g
- だし汁…………… 240ml
- みそ…………… 16g

【作り方】

- ① しめじ、まいたけは石づきを取りほぐす。
- ② しいたけは石づきを切り、食べやすく切る。
- ③ 長ねぎは、ななめ薄切りにする。
- ④ なべにだしを入れ火にかけ、①②を加えて火が通ったら③も加えて煮る。
- ⑤ みそを溶き入れてひと煮立ちさせ、火を消す。

だし汁のつくり方

水300mlを沸騰させ、かつお節をひとつまみ(6g)入れてひと煮立ちさせ、こすと簡単においしいだし汁ができます。

ご存知ですか？ 11月24日は「和食の日」です。

平成25年12月「和食—日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。

「和食」文化とは…単なる料理ではなく、「自然を大切にする」という日本人のこころに基づく食の習わしのことをいいます。食文化の伝承は、人から人に伝えられるもので、毎日の食事によって家庭内で親から子へ、また、地域の中で人から人へと伝わっていきます。

栄養士部会では、「いただきます」「ごちそうさま」の感謝の気持ちを持つことや、日本に昔から根付いている行事食を通して日本の食文化を子どもたちに伝えていきます。

