

Iさん家(城中町)モカちゃん(メス・1歳)

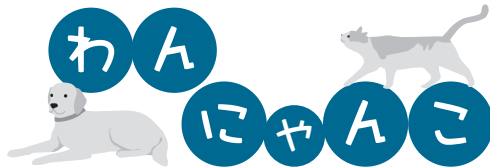


母から娘の誕生日にと我が家にやってきました。最初は警戒していましたが、今では体をすり寄せてきたり、「にゃあにゃあ」と自己表現をしてくれるようになりました。今ではその仕草に家族メロメロです。

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 8月10日(水)・14日(日)・24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

今年も猛暑になる長期予報が出ています。人間は、暑さに対して自ら対策する事が可能ですが、犬はほとんど汗をかかないため、蒸し暑い中で散歩やお出かけ、蒸し暑い室内や車内での留守番といった環境では体温調整が難しく熱中症になりやすい傾向にあります。散歩の時間帯を朝夕に変え時間も少し短くし、舗装路も避けたりするようにしてあげてください。また、湿度

の高いのも熱中症の原因になりますので、留守番させる場合でも、エアコンの調整や水分補給、家の中である程度自由に動き回れるようにしてあげてください。猫も暑さにある程度強いとはいえ、ほとんど汗をかかない事は同じですので、同様の注意は必要となります。飼い主の方も、すでに十分に注意されているかと思いますが、より一層のケアをお願いします。



毎月19日は食育の日 おとな子どもも毎日食べよう！朝ごはん

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



牛久市栄養士部会おすすめ 朝ごはんメニュー  
夏野菜のおみそ汁



牛久市食育推進のための野菜キャラクター  
USHIKU野菜オーケストラ  
音魂ねぎ男

夏に美味しい野菜を大胆にお味噌汁に入れました。野菜たっぷり、サラダ感覚のお味噌汁なので、暑い夏でもさっぱりと食べられます。夏休みに、お子さんやお孫さんと一緒につくってみてはいかがでしょうか？



1人分44kcal

一口メモ

ズッキーニはかぼちゃの仲間の淡色野菜です。加熱するとやわらかくなり甘味が出ます。くせがないので、煮込み、炒め物、ソテー、天ぷらなど、どんな料理にも合います。