

ひがしうら

お知らせ版

No.1339

令和2年4月15日号



目次

国民健康保険税の税率が変わります..... P3

○公共施設ゴールデンウィークの目程表..... P2

○ひとり親家庭等に関する手当制度..... P6~7

○レッツ！エコクッキング！.....裏表紙

表紙写真...3月26日(木)

卒園証書を上手に受け取って、保護者の方に渡したのじゃ♪...生路保育園「卒園式」

家康の母・於大の方 おだいちゃん



公共施設

休業日や開館時間などが、変更になる場合があります。

ゴールデンウィークの日程表

表中○がついている日は窓口受付などのみを実施します。

詳細は町ホームページまたは各施設へ問い合わせください。



- ※1…施設の利用予約が入っている場合は開館（電話でご確認ください。）
- ※2…健康開発・科学・情報館は午後5時まで、もりの湯は午後9時まで営業

●問い合わせ

保健センター	☎83-9677
文化センター	☎83-9567
郷土資料館(うのはな館)	☎82-1188
このはな館(於大公園内)	☎84-6166
総合子育て支援センター(うららん)	☎83-8851
勤労福祉会館	☎83-6118
中央図書館	☎84-2800
体育館	☎83-8333
北部ふれあいセンター	☎84-4680
西部ふれあいセンター	☎84-3686
森岡コミュニティセンター	☎83-3005
緒川コミュニティセンター	☎83-3006
卯ノ里コミュニティセンター	☎34-4822
石浜コミュニティセンター	☎83-3007
生路コミュニティセンター	☎83-3008
藤江コミュニティセンター	☎83-7950
福祉センター	☎84-3741
総合ボランティアセンター(なないろ)	☎51-7697

大型連休中の ごみ収集について

4月27日（月）～5月6日（水・振）のごみ収集は通常どおり行います。

背景色のあるものが「休業日」

施設	4月				5月					
	27日(月)	28日(火)	29日(祝)	30日(木)	1日(金)	2日(土)	3日(祝)	4日(祝)	5日(祝)	6日(祝)
役場	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6
行政サービスコーナー(イモール東2階)	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6
文化センター					1	2	3	4	5	6
各地区コミュニティセンター、藤江公民館					1	2	3	※1	※1	※1
保健センター (1日の1歳6か月児健診は実施)					①	2	3	4	5	6
福祉センター					①	2	3	4	5	6
勤労福祉会館					1	2	3	4	5	6
町体育館・はなのき会館					1	2	3	4	5	6
各グラウンド					1	2	3	4	5	6
テニスコート(文化広場・岡田川)					1	2	3	4	5	6
各ふれあいセンター					1	2	3	4	5	6
総合ボランティアセンター(なないろ)					1	2	3	4	5	6
中央図書館					1	2	3	4	5	6
郷土資料館(うのはな館)					1	2	3	4	5	6
於大公園(このはな館)					1	2	3	4	5	6
各児童館	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6
総合子育て支援センター(うららん)	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6
知北平和公園(事務所)	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6
知北平和公園(火葬など)	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6
東部知多温水プール	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6
東部知多グリーンセンター	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6
ごみ収集	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6
町運行バスう・ら・ら	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6
あいち健康プラザ ※2	27	28	※2	30	1	※2	※2	※2	※2	※2

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、休館または利用中止としています。
※保健センター、福祉センターは5月6日(水・振)まで
詳細は問い合わせ先へ



国民健康保険税の 税率が変わります



【平成 31 年度と令和 2 年度の税率比較表】

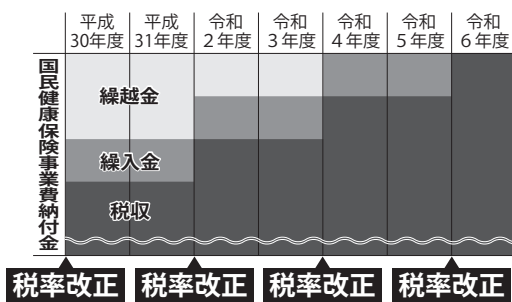
	医療分		後期高齢 支援金分		介護分	
	平成 31年度	令和 2年度	平成 31年度	令和 2年度	平成 31年度	令和 2年度
所得割	5.1%	5.43%	2.1%	2.1%	1.25%	1.37%
均等割	26,700円	27,600円	3,900円	5,800円	7,900円	8,600円
平等割	27,900円	26,600円	9,300円	8,800円	6,000円	6,000円

●改正の背景

国民健康保険制度は平成30年4月から広域化され、県が財政運営の責任主体となり、市町村と協力して制度を運営しています。広域化により県が医療費を全額

補てんする代わりに、市町村は県に国民健康保険事業費納付金を納付することになりました。県が医療費を全額負担することにより、市町村は医療費の急激な増加にも対応できるようにな

令和 6 年度までの国民健康保険税の税率改正予定(イメージ)



り、安定的な財政運営が可能になりました。

●税率の改正

国民健康保険事業費納付金は原則、国民健康保険税で全額を賄うことになりましたが、現在の税率ではできません。そこで、平成30年度から2年度ごとに4段階に分けて税率を改正し、令和6年度からは国民健康保険事業費納付金を国民健康保険税だけで賄う計画を平成29年度に作成しました。

この計画は、一般会計からの繰入金などを補てんし

ながら、急激な税率の引き上げを避けるものです。令和2年度はこの計画の2段階目にあたり、直近の国民健康保険事業費納付金額等を検討した結果、平成29年度に作成した計画を修正し、令和2年度から税率を改正することとしました。

国民健康保険制度および国民健康保険税についてご理解とご協力をお願いします。

●問い合わせ

・保険税について
税務課 内線119

・保険事業について
保健センター
☎(03)9677

・保険証・医療費について
保険医療課 内線155



うららん子育て広場

5・6
月号

★問い合わせ★総合子育て支援センター(うららん) ☎83-8851 ☎84-0181



育児講座「トイレトレーニング」

●と き

5月22日(金)
午前10時30分～11時30分

●対 象

2歳～未就園児の保護者

●定 員 18名(先着順)

●講 師

なかよし学園園長
清水 千鶴

●受講料 無料

●託 児 6か月～未就園児

・託児料 1人300円(当日徴収)

・定員20名(先着順)

●申し込み

4月21日(火)午前10時から電話
で問い合わせ先へ

子育て なんでも相談	※予約は町内在住の方が対象		
	日にち	時間	内容
子ども・子育て相談室	毎週月～金曜日	9:30～16:00	子育てコーディネーターによる面接、電話、FAX相談
子ども相談	毎週火曜日	9:30～15:00	子どもを遊ばせながら子育て家庭相談員への相談(予約可、電話相談可)
発育相談	5月20日、 6月10日、24日(水)	①9:30～ ②10:30～	心理士による乳幼児の発育相談(予約制)
言葉相談	5月27日(水)、 6月12日(金)	①9:30～ ②10:30～	言葉についての個別相談(予約制)
授乳・卒乳相談	5月18日、 6月29日(月)	10:00～11:30	助産師による授乳(母乳・ミルク)や卒乳についての個別相談(予約可)
すくすく相談	6月3日(水)	保健師・栄養士・歯科衛生士 10:00～11:00	母子の健康面で普段気になっていることを気軽に個人相談(予約可)
発達相談	5月26日、 6月23日(火)	①9:30～ ②10:30～ ③13:00～	学習面や行動について心配のある小学生以上の個別相談(予約制)

うららん 5・6月の予定	日にち	時間	内容
工作の日	毎週水・金曜日	10:30～11:30 14:00～15:00	廃材を使った工作や季節の工作 5月「お散歩バック」、6月「ぱっちゃんガエル」
パパ広場	5月23日(土) 6月27日(土)	10:30～11:30	5月「工作 お散歩バックを作ろう」、6月「男性保育士と遊ぼう」
赤ちゃんタイム	毎週火曜日	14:00～(15分程度)	ふれあい遊びと絵本や季節の歌。5月12日、6月9日は助産師による授乳相談も行います。 (予約可13:30～15:00)
双子三つ子の会	5月11日(月) 6月1日(月)	10:00～11:30	ママ同士でお話ししましょう
絵本の読み聞かせ	毎週水・金曜日	11:30～11:40	ボランティアや広場スタッフによる絵本の読み聞かせ
ひよっこ	5月11日、18日、25日、 6月1日、8日、15日、 22日、29日 (毎週月曜日)	10:30～11:00	11日サイバーホイール、18日シャボン玉、25日大型遊具、6月1日サイバーホイール、8日小麦粉粘土、15日新聞紙あそび、22日大型遊具、29日七夕飾り作り

おもちゃの お医者さん



5月11日(月) 10:00～12:00
5月23日(土) 13:00～15:00
6月8日(月) 10:00～12:00
6月27日(土) 13:00～15:00

壊れたおもちゃの無料修理(部品代を除く)
日程日以外でも、おもちゃの預かり可



「愛知県青年講座」 の参加者募集

県では、地域社会の担い手として青少年団体やNPOなどで活躍する青年リーダーを育成するため「愛知県青年講座」を開催します。

●と き

6月20日(土)・21日(日)(1泊2日)、7月5日(日)、7月19日(日)、9月6日(日)

※原則、全日程の参加が必要

●ところ 愛知県青年の家、モリコロパークなど

●内 容

講 義

- ・野外活動のリスクマネジメント
- ・地域青年活動の実際
- ・生きもの基礎知識講座

実 習

- ・キャンドルのつどい
- ・野外炊飯
- ・自然体験型環境学習

●対 象 18～35歳位の県内に在住、在勤、在学の方

※高校生を除く

●定 員 約20名

●受講料 無料(ただし、宿泊費・実習費などの4,000円程度を徴収)

●申し込み・問い合わせ

県教育委員会
生涯学習課

☎052-954-6749

Fax 052-954-6962



うららん出前ひろば みんなで公園に行こう

●と き 5月14日(木)

午前10時30分～11時15分 ※雨天中止

●ところ 於大公園 ・集合場所 大きなすべり台前 ※桃色の「うららん旗」が目印です

●参加費 無料

●申し込み 不要、直接集合場所へ



マタニティーサロン(ウェルカムベビー) ～赤ちゃんを迎えるための準備講座～

参加者同士でマタニティーならではの悩みについて話したり、出産前から地域とのつながりを作る事で、少しでも不安を減らし、東浦町で安心して産み、育てられるように準備してもらえたらと考えています。ぜひ参加してみませんか。

●託 児 6か月～未就園児

・託児料 1回1人300円 ※当日徴収 ・定員10名(先着順)

●申し込み 4月23日(木)午前10時から電話で問い合わせ先へ

※10月スタートの募集は広報ひがしうら8月合併号で案内

●その他

- ・3回で1クール
- ・各回ティータイムあり
- ・第2子以降のママでも参加可
- ・上のお子さんは参加不可

	日にち(各金曜日)		時間・対象	定 員	内 容
	6月 スタート	10月 スタート			
1回	6/5	10/2	13:30 ～ 15:00 妊娠6～9か月頃の町内在住の方	各10名	「10分♪マタニティーエクササイズ」 講師：助産師 山本 順子氏
2回	6/19	10/16			「手作りおもちゃ」 材料費 300円 講師：水野 敦子氏 産まれてくる赤ちゃんに世界で1つの布おもちゃを作ろう
3回	7/3	10/30			「赤ちゃんの王冠を作ろう」 講師：うららんスタッフ ハーフバースデーや1歳の誕生日に向けて王冠を作ろう

ひとり親家庭等に関する 手当制度



●申請・問い合わせ 児童課 内線144

■制度の目的・概要

ひとり親家庭などの生活の安定と児童の健全育成のため、児童を監護養育する方へ手当を支給する制度です。支給を受けようとする方および児童は、町内に居住していれば国籍は問いません。

手当は、国の児童扶養手当、愛知県遺児手当、東浦町遺児手当で、すべて所得制限があります。手当の概要や支給要件、所得制限についてはお問い合わせください。

※事実婚（異性の頻繁な訪問や同居、経済的援助など）の場合は、手当は申請できません。また、各手当を受給中の方が事実婚となった場合は資格喪失や返還などが生じます。

■一部支給停止措置など

児童扶養手当は原則、手当の支給開始月の初日から（平成15年4月1日以前から受給されている方は、平成15年4月1日から）起算して5年を経過すると、受

給者資格者が父または母の場合、手当の2分の1が支給停止となります。ただし、次の①または②により必要書類を期限内に提出した場合、支給停止が解除されます。該当者には通知します。必要書類を児童課へ郵送またはご持参ください。

※所得の状況や家族の状況などに変化があった場合は、この限りでない

①受給を受けている父または母などが次のいずれかに該当する場合

- ・就業している
 - ・求職活動などの自立を図るための活動をしている
 - ・身体上または精神上的の障がいがある
 - ・負傷または疾病などにより就業することが困難である
- ・受給を受けている父または母などが監護する児童または親族が障がい、負傷、疾病、要介護状態などにあり、介護が必要があるため就業することが困難である

	児童扶養手当	県遺児手当	町遺児手当
受給者 (申請者)	父、母、養育者(祖父母、おじ、おばなど)		
支給対象 児童	死別、離婚などにより、 父または母 と生計を同一にしていない児童および 父または母 が重度の障がいにある児童		
支給期間	児童が18歳到達年度の末日まで(施行令で定める程度の障がいがある者は20歳未満まで)	児童が18歳到達年度の末日までの最長5年間	
手当月額 (令和2年度)	児童1名の場合 全額支給 43,160円 一部支給 43,150～10,180円 児童2名の場合の加算額 全額支給 10,190円 一部支給 10,180～5,100円 児童3名以上の場合の加算額※ 全部支給 6,110円 一部支給 6,100～3,060円 ※1名増すごとに加算されます。	児童1名につき 1～3年目 4,350円 4～5年目 2,175円 6年目以降 0円	児童1名につき 5,000円

令和2年度 第1回 母子家庭等 就業支援講習会

就職に結びつく可能性の高い技能・資格を習得するための講習会です。

●と き 6月～10月

※内容により日程が異なる。詳細はホームページまたは問い合わせ先へ

●ところ

ヒューマンアカデミー(名古屋)、未来ケアカレッジ(名古屋)など

●内 容

パソコン(初級)、介護職員初任者研修

●対 象

県内在住の寡婦または母子家庭の母など

●その他 教材費と交通費は自己負担

●申し込み

5月8日(金)～29日(金)までに受講申込書を問い合わせ先へ

※募集要領と受講申込書は児童課で配布

●問い合わせ

児童課 内線144



離婚時の 年金分割制度 について



離婚した場合、婚姻期間について、厚生年金の支給額の計算の基となる報酬額を分割して、年金額を2人で分割できます。離婚後2年以内に手続きを行う必要がありますので、お早めにお近くの年金事務所までご相談ください。

●問い合わせ

半田年金事務所 ☎0569-21-2375

②①に該当しないため、児童課において相談し、その上で求職活動などを行った場合

■公的年金給付等と 児童扶養手当との併給

平成26年12月1日から公的年金給付等を受けている場合でも、年金などの額が児童扶養手当額を下回る場合については、差額を手当から支払うことができます。ようになりました。

児童扶養手当の申請を希

望する方で公的年金給付等を受給している場合は、差額計算が必要となるため年金等の受給状況をお知らせください。

※公的年金給付等とは、遺族年金、老齢年金、障害年金、労災年金、遺族補償など各種法令等に基づく年金および遺族補償など

ご活用ください！ ひとり親家庭等 自立支援給付金事業

●内 容

母子・父子などのひとり親世帯を対象に、仕事につながる講座や資格取得に要する講座の入学料や受講料、就職活動や資格講座受講時の一時的保育などの利用料の一部を助成します。

●どんな給付を受けられるの？

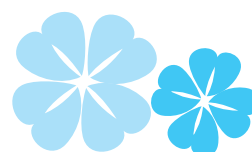
・町長が認める講座などの受講料の2割
※上限あり

・資格取得および就職活動などのために利用した町内保育園の一時的保育の利用料またはファミリーサポートセンター事業の利用料の半額

●給付を受けるためにはなにをすればいいの？

講座受講前や一時保育などの利用前に、事前相談や申請が必要です。

●問い合わせ 児童課 内線144



5月の予定 保健センター ☎ 83-9677 (Fax) 83-9678

個別通知する案内は掲載していません。町ホームページをご覧ください。
「ところ」の表記がないものは「保健センター」で実施します。



保健
センター
だより

母子健康手帳交付

と き	11・25日(月) 9:40～9:50
内 容	妊娠中の話、マタニティキーホルダーも交付
持ち物	妊娠届出書、マイナンバーの確認できるもの (託児あり 事前予約制)

乳幼児健診・相談

名 称	対 象	日にち	内 容 (計測・個別相談は共通)
4 か月児健診	R2. 1月生	29日 (金)	診察・産婦歯科健診
7 か月児健診	R1. 10月生	27日 (水)	診察
歯っぴー相談 (1歳児計測)	H31. 4月生	22日 (金)	ブラッシング指導 ☆
1歳6か月児健診	H30. 11月生	13日 (水)	診察・歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆
2歳2か月児 歯科健診	H30. 3月生	15日 (金)	歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆
3歳0か月児健診	H29. 5月生	20日 (水)	尿検査・診察・歯科健診・ブラッシング指導・フッ素塗布 ☆

- 受付時間
13:15～14:00
- 持ち物
母子健康手帳
☆印: 歯ブラシ、コップ、タオル
- ※体調不良などで来所できない場合は連絡してください。
- ※11:00の時点で暴風警報などが発令中の場合は中止

乳幼児予防接種

町内医療機関で実施中

予防接種の種類や年齢によって医療機関が異なります。対象月齢・接種間隔を確認して接種してください。予診票がない方、接種間隔など不明点は保健センターへ
※かかりつけ医が町外の場合など、県内協力医療機関でも接種可(接種1週間前に手続きが必要)

赤ちゃん和妈妈のホットスペース **(予約不要)** 赤ちゃんを連れて、悩みを相談したり、おしゃべりしに来てください。

と き	対 象	内 容	持 ち 物
11・25日(月) 13:30～15:00 ※入退室自由	生後6か月までの赤ちゃんがいる方	午後2時からタッチケアやふれあい遊びあり	母子健康手帳、バスタオル、赤ちゃんに必要なもの

※母乳相談(予約制)も随時行っています。ご希望の方は保健センターへ

がん検診 **(完全予約制)** ※個別胃がん検診…町内指定医療機関で実施(料金:4,000円)



検診名	日にち	ところ	受付時間	20歳以上	40歳以上		50歳以上	ポイント	
				子宮頸	乳腺	胃	大腸		前立腺
女性検診	8日(金)	保健センター	14:00～16:00	●	●		●	受診料…子宮頸1,200円、乳腺1,400円、胃1,400円、大腸500円、前立腺600円 受診料無料の方…東浦町国民健康保険加入者、満70歳以上の方、生活保護受給者、町民税非課税世帯者、65～69歳の後期高齢者医療加入者、がん検診無料クーポン券対象者	
女性検診	12日(火)		9:00～11:00	●	●	●	●		
女性検診	18日(月)		9:00～11:00	●	●	●	●		
男性検診	19日(火)		9:00～11:00			●	●		●
休日男性検診	24日(日)		9:00～11:00			●	●		●
休日女性検診			●	●	●	●			
女性検診	29日(金)		9:00～11:00	●	●	●	●		

受診料…子宮頸1,200円、乳腺1,400円、胃1,400円、大腸500円、前立腺600円
受診料無料の方…東浦町国民健康保険加入者、満70歳以上の方、生活保護受給者、町民税非課税世帯者、65～69歳の後期高齢者医療加入者、がん検診無料クーポン券対象者

※定員に達している場合があるため、申し込む前に問い合わせてください。

5月の休日急病診療 受付 9:00～12:00

日にち	診療所名	電話番号
3日(日・祝)	おがわ耳鼻咽喉科クリニック(耳鼻咽喉)	82-5200
4日(月・祝)	さとう内科クリニック(内・胃・小児・呼・循)	83-5166
5日(火・祝)	まつおか整形外科(整・内・脳外・リウ・リハ)	82-1222
6日(水・振替)	巽ヶ丘クリニック(内・循・小児)	35-1111
10日(日)	やまもとクリニック(内・循・小児・消内)	82-0600
17日(日)	みたに整形外科(整・リハ・リウ・内)	82-0114
24日(日)	あべ内科クリニック(内・呼・アレ)	84-1155
31日(日)	耳鼻咽喉科みやこクリニック(耳鼻咽喉・アレ)	82-3859

急病で困ったときは…

- あいち救急医療ガイド <https://www.qq.pref.aichi.jp/>
- 愛知県救急医療情報センター(24時間) ☎33-1133
- 小児救急電話相談(毎日19:00～翌朝8:00)
☎「#8000」(短縮番号が使えない場合は ☎052-962-9900)
- 半田歯科医療センター(診療時間 9:00～13:00)
☎0569-23-2636 ※身体障がい者(児)などは毎週木曜日
- あいちこころほっとライン365(毎日9:00～16:30)
☎052-951-2881
- 名古屋いのちの電話(24時間) ☎052-931-4343
- 全国版救急受診アプリ「Q助」

Q助アプリ



こころの保健室(心の健康など)

臨床心理士	27日(水)	13:30～ (40分程度 予約制)	「疲れやすい」などの体の症状があるときや「気分が沈みがち」などこころがすっきりしないときに相談してください。
保健師	13日(水)		

ポイントマークがあるものを受診したり参加したりすると「東浦町いきいきマイレージ」のポイントが貯められます！



毎月19日は食育の日

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、講座などが中止または延期となる場合があります。詳細は保健センターへ



リフレッシュ体操講座

健康づくりに取り組みたいけど何をすれば良いかわからない方、健康体操を始めてみませんか？

- と き** 5月12日(火) 午前10時～11時30分
- ところ** 町体育館
- 内 容** ウォーキング、ストレッチ、健康体操などの実技指導
- 対 象** 町内在住の20歳以上の方

- 講 師**
健康運動指導士 伊藤 敦子氏
- 受講料** 無料
- 持ち物**
運動できる服装、タオル、飲み物
- 申し込み** 不要、直接会場へ



一般介護予防教室

「筋力トレーニング教室」

マシンを使ったトレーニングで筋力を維持・向上する方法が学べます。仲間と一緒に「筋トレ」に励んでみましょう。

- と き** 6月10日(水)～7月29日(水)
午後1時30分～3時30分
(毎週水曜日 健康度評価を含む全9回)
- 健康度評価Bコース**
5月27日(水)または6月3日(水)
午前11時30分～午後3時
- 効果測定** 7月29日(水) 午前9時～正午
- ところ** あいち健康プラザ
- 内 容**
メディカルチェックなどの健康度評価Bコース、運動プログラム(ウォーキングやマシンを中心とした筋力トレーニングなど)
- 定 員** 15名(先着順)
※初めての方優先

「元気アップ教室」

運動に自信がない方でも専門スタッフが安全にサポートします。楽しみながら体を動かしましょう。

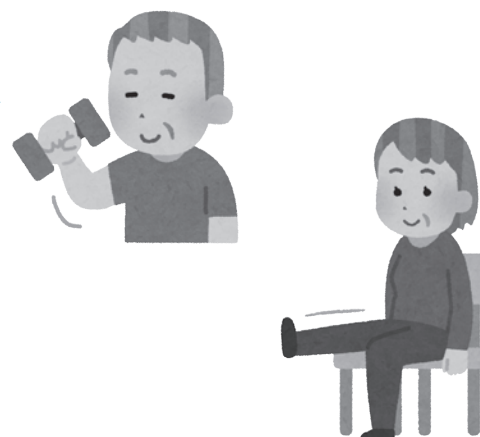
- と き** 6月18日(木)～8月20日(木)
午前10時～正午
(毎週木曜日 健康度評価を含む全9回)
※7月23日(木・祝)と8月13日(木)を除く
- 健康度評価Bコース**
6月4日(木)または6月11日(木)
午前9時～午後0時30分
- 効果測定** 8月20日(木) 午前9時～正午
- 内 容**
メディカルチェックなどの健康度評価Bコース、運動プログラム(椅子を使った体操やバランスボール、マット運動、カリモク健康遊具など)、歯科講義、食事講義
- 定 員** 12名(先着順)
※初めての方優先

■共通項目

- 対 象** 町内在住で65歳以上の方
- ところ** あいち健康プラザ
- 受講料** 無料
- 注 意**

血圧などの健康状態によっては、医師の判断にて運動を制限する場合がありますのでご了承ください。

- 申し込み**
4月22日(水)～5月8日(金)に保健センターへ(電話申込可)





東浦の自然に親しむ観覧会 「ヒメボタルに会おう」

山にもホタルがいます。チカチカと光る小さなホタルを見てみよう。

●とき 5月16日(土)

午後9時30分～11時頃

・集合場所

郷土資料館(うのはな館)駐車場

※雨天実施

●参加費 無料

●持ち物 動きやすい靴(運動靴)

●その他 小学生以下は保護者同伴

●申し込み 不要、直接集合場所へ

●問い合わせ

・郷土資料館(うのはな館)

☎(82)1188

・当日の問い合わせ先



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、町主催の事業を中止または延期する場合があります。ご理解とご協力をお願いします。



広報ひがしうら
「カタポケ」
で配信中!

10言語対応

音声読み上げ

文字サイズ調整可



誰でもかんたん
料理教室



●とき 5月12日、6月9日、7月

14日、8月11日、9月8日

(各火曜日 全5回)

午前10時～正午

●ところ

卯ノ里コミュニティセンター

●対象 町内在住、在勤の方

●定員 12名(先着順)

※定員の半数に満たない場合は中止

●講師 矢野 泰子氏

●受講料 2500円(初回徴収)

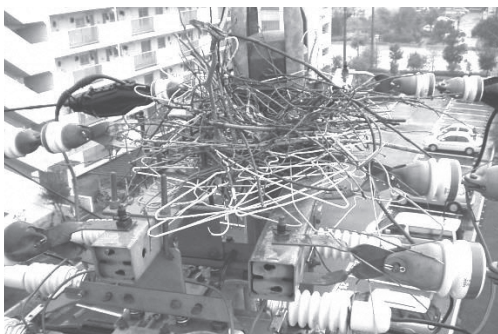
●材料費 5000円(初回徴収)

カラスの巣作りによる 停電防止にご協力を

例年2月中旬～6月上旬の間、カラスの巣作りが活発になります。電柱や鉄塔にカラスの巣を発見した場合は、お近くの中部電力までご連絡ください。

カラスの巣は金属製ハンガーや針金などの電気を通す材料が使われています。これらが電線に接触することで停電が発生することがありますので、ハンガーなどを屋外に放置しないようにご協力をお願いします。

●問い合わせ 中部電力パワーグリッド株式会社
半田営業所 ☎0120-929-493



3 月末日の人口

世帯	20,719世帯 (+266)		
人口	50,154人 (+109)		
	男25,291人	女	24,863人
出生	29人	転入	354人
死亡	52人	転出	353人

※()内は、前年同期の増減

ご寄付をいただき
ありがとうございました

学校教育振興のため

北部中学校へ

滝澤 悠子様

クラシックギター 1本

募集!募集!募集!

町ホームページ バナー有料広告



- 掲載位置 町 HP のトップページ下部
- 掲載料(1 枠) 月額5,500円
- 問い合わせ 広報情報課 内線288

誰でもかんたん ヨガ教室



- 申し込み 4月22日(木)午前8時30分
分から問い合わせ先へ(電話申込可)
- 講師 MIYUKI氏
- 受講料 2500円(初回徴収)
- 申し込み 4月22日(木)午前8時30分
分から問い合わせ先へ(電話申込可)
- ところ 卯ノ里コミュニティセンター
- とき 5月21日～6月18日
(毎週木曜日 全5回)
午前10時～11時30分
- 対象 町内在住、在勤の方
- 定員 12名(先着順)

こころと脳が元気になる パステルアート教室



- ※定員の半数に満たない場合は中止
- 講師 MIYUKI氏
- 受講料 2500円(初回徴収)
- 申し込み 4月22日(木)午前8時30分
分から問い合わせ先へ(電話申込可)
- ところ 卯ノ里コミュニティセンター
- とき 5月18、25日、6月1日
(各月曜日 全3回)
午前10時～正午
- 対象 町内在住、在勤の方
- 定員 10名(先着順)
- 講師 藤澤 安樹子氏
- 受講料 1800円(初回徴収)
- 材料費 1000円(初回徴収)
- 持ち物 筆記用具、ハサミ

登録しましたか?

ちたまる 安全安心 メルマガ

☎ 防災交通課
内線235

メルマガにご登録された方へ地震や風水害に関する情報や東浦町の防災・防犯情報などを配信するサービスです。

登録すると、次のようなメールが届きます。

- ・緊急地震速報
- ・災害情報(知多地域の警報)
- ・防災情報(避難勧告など)
- ・半田警察署からの防犯情報



相談は無料で、秘密は厳守します。

相談 → 5/1(金) → 5/14(木)

	と き	ところ	相談窓口
弁護士による法律相談 法律に関すること ※定員 6 名	5月8日(金)13:00～16:00 (予約開始 4月23日 8:30～)	役場 2 階 相談室 2	住民課 内線157 ※町内在住、本人のみ 1 人年 1 回、30分
不動産相談 契約・建築・空き家・税	5月12日(火) 13:30～16:30	役場 2 階 相談室 2	町商工会 ☎ 83-6123
おたずねします 課長さん 町政に関すること	原則 毎週月曜日 8:30～17:00(予約制)	役場内	広報情報課 内線288
こどもと親のほっとライン いじめ・不登校など学校生活に関すること ※就学前、中学校卒業後の方も可	毎週月～金曜日 9:00～17:00	学校教育課	学校教育課 ☎ 0120-783-430 (ナヤミヨ サレ)

在職者向け
スキルアップ講座

企業における人材育成や個人のスキルアップにご活用ください。

●ところ 名古屋高等技術専門学校

●内容

・初めてのネットワーク施工入門
(小規模LAN向け)

・Python入門①

・第二種電気工事士筆記試験対策
(理論編)①

・ExcelとPowerPointを活用したビジネス文書作成

・新入社員に必要なコミュニケーションビジネススマナー

・新入社員のためのフォローアップ

●その他 詳細は県ホームページへ

岡県労働局産業人材育成課

☎052(954)6364



スポーツ

春季
ソフトバレーボール大会

●とき 5月10日(日) 午前9時～

●ところ 町体育館

●対象 町内在住、在勤、在学の方
または町スポーツ協会登録チーム

●参加費 1000円/チーム

●種目

トリムの部(男女各2～4名)

・18歳～29歳以下の部

・30歳～49歳以下の部

・50歳以上の部

レディースの部(女性4～8名)

・39歳以下の部

・40歳以上の部

※チーム数によって変更あり

●主催 町スポーツ協会

●主将会議

・とき 5月2日(土)午後7時から

・ところ はなのき会館

※代表者は必ず出席すること

●申し込み 4月24日(金)までに申込

書と参加費を問い合わせ先へ

※申込書は町体育館で配布

町スポーツ協会事務局

(町体育館内) ☎(83)8333

東浦町
行政サービスコーナー
イオンモール東浦 2階

利用時間 午前10時～午後7時30分
(12月29日～1月3日を除く)

サービス内容

- 住民票、印鑑登録証明書(登録カードが必要)、年金現況証明書、税関係証明書(※1)の交付、戸籍証明書の交付(※2)
※1…固定資産に関する証明など一部交付できない証明もあります。
※2…戸籍証明書の交付は、午後5時15分(水曜日は午後7時15分)まで
- 町税、水道料金、下水道事業受益者負担金、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付
- 町運行バス「う・ら・ら」定期券・回数券、町刊行物などの販売

本人
確認
実施中

証明書交付には本人確認が必要です。運転免許証など顔写真付き身分証明書を持参してください。また、本人以外の方が申請する場合、委任状が必要になる場合があります。



問い合わせ ☎82-2940

5月 資源ごみ収集 ステーションに出された資源ごみは持ち去り禁止

地 区	プラスチック容器包装			金属・びん・ペットボトル	紙・布類
	地区収集日	拠点収集日	拠点場所		
森 岡	1・15日(金)	8・22日(金)	コミュニティセンター	5・19日(火)	12・26日(火)
森岡台	1・15日(金)	8・22日(金)	北部ふれあい	12・26日(火)	5・19日(火)
緒 川	8・22日(金)	毎日	役場	6・20日(水)	13・27日(水)
緒川新田	6・20日(水)	13・27日(水)	コミュニティセンター	8・22日(金)	1・15日(金)
東ヶ丘	6・20日(水)	13・27日(水)	集会所ほか	1・15日(金)	8・22日(金)
石浜東	14・28日(木)	7・21日(木)	コミュニティセンター	11・25日(月)	4・18日(月)
石浜中	7・21日(木)	14・28日(木)	集会所	13・27日(水)	6・20日(水)
石浜西	14・28日(木)	7・21日(木)	集会所	4・18日(月)	11・25日(月)
生 路	13・27日(水)	6・20日(水)	コミュニティセンター	14・28日(木)	7・21日(木)
藤 江	13・27日(水)	6・20日(水)	公民館	7・21日(木)	14・28日(木)

し尿収集 ※土日の収集は休み

地 区	収集日	地 区	収集日	地 区	収集日
森 岡	1・6日	緒川新田	13・14日	生 路	19～27日
緒 川	6～13日	石 浜	14～20日	藤 江	26～29日

春季ソフトテニス大会 (一般の部)

●とき

5月9日(土) 午前8時30分～

※予備日 5月16日(土)

●ところ 文化広場テニスコート

●対象

ペアともに町内在住・在勤・在学の方または町スポーツ協会登録者

●種目 ダブルス

・一般I部 男子

・一般II部 女子およびミックス出場の70歳以上の男子

●参加費

・中学生以下 250円/人

・高校生以上 500円/人

●主催 町スポーツ協会

●申し込み 5月1日(金)までに申込書と参加費を問い合わせ先へ

※申込書は町体育館で配布

町スポーツ協会事務局

(町体育館内)

☎(83)8333



第38回東浦町スポーツ祭 グラウンド・ゴルフ大会

●とき

5月17日(日) 午前9時～正午

※小雨決行

※予備日 5月31日(日)

●ところ 町営北部グラウンド

※予備日 西部グラウンド

●対象 小学4年生以上の町内在住、在勤、在学の方

●参加費

・小・中学生 無料

・一般 300円/人

●主催 町スポーツ協会

●その他 用具の貸出有(無料)

●申し込み 5月8日(金)までに申込書と参加費を問い合わせ先へ

※申込書は町体育館にて配布

町スポーツ協会事務局

(町体育館内)

☎(83)8333



募集

地域包括ケア推進会議 公募委員募集

地域包括ケアシステム構築にあたり、住民の皆さんの幅広い意見を生かすため、推進会議の委員を公募します。

●募集人数 2名

●資格

・令和2年4月1日現在、町内に住所を有する満18歳以上の方

・平日に開催される推進会議に参加できる方

・地域包括ケアシステムに関心、熱意のある方

※町議会議員および町職員は応募不可

●任期 依頼の日から2年間

●開催回数 年1回(平日)

※2月～3月頃予定

●報酬

会議の出席1回につき5000円

※3時間以内

●小論文のテーマ(400字程度)

「地域の課題について

」地域包括ケア」

●申し込み

4月30日(金)までに応募用紙(小論文含む)をFAX、メール、あいち電子申請届出システム(町ホームページからリンク)、郵送(当日必着)

または直接問い合わせ先へ

※応募用紙はふくし課で配布または町ホームページからダウンロード

●その他

・選考結果は後日、文書で通知

・応募用紙は返却不可

☎ふくし課 内線129

Fax (83)9756

住所 〒470-2192

✉fukushi@town.

aichi-higashiura.jp

(住所不要)ふくし課

QRコード

QRコード

@higashiura_town

イベント情報・
町政情報・災害情報を
いち早くお届けします!

今すぐフォロー!



問い合わせ
広報情報課
内線287



児童課会計年度 任用職員募集



●内容

児童手当現況届の発送準備、申請

受付事務、データ入力・整理

●募集人数 1名

●資格 簡単なパソコンの操作ができる方

●任用期間

5月18日(月)～8月7日(金)

●勤務時間 月々金曜日の午前9時～午後5時の間で1日5時間以内(週25時間以下)

●勤務場所 児童課

●報酬 時給960円

みまもりねっと

東浦町行方不明高齢者等検索メール配信システム

サポーター募集

認知症の方が行方不明のときに地域の皆さんの協力を得て、早期に発見することで事故を未然に防ぐ取り組みです。

登録はこちらから



問 ふくし課 内線126

●面接日 5月11日(月)

●その他

・雇用保険有り

・社会保険、労災保険、有給休暇無し

●申し込み 5月8日(金)までに申込書を問い合わせ先へ

※申込書は児童課で配布または町

ホームページからダウンロード

問児童課 内線145



試験

危険物取扱者試験

●とき

・第2回 5月31日(日)

・第3回 6月7日(日)

●ところ

・第2回

愛知大学 豊橋キャンパス

・第3回 名古屋工学院専門学校

●種類

甲・乙種1～6類、丙種

●手数料

・甲種 6600円

・乙種 4600円

・丙種 3700円

●申し込み

・書面申請

4月22日(水)～30日(木)に申込書を問い合わせ先へ

※申込書は半田消防署 東浦支署で配布

●電子申請

4月19日(日)午前9時～27日(金)午後5時に(一財)消防試験研究センター

愛知県支部ホームページへ

問(一財)消防試験研究センター

愛知県支部

☎052(962)1503



問知多中部広域事務組合

消防本部 予防課

☎0569(21)1491



お知らせ

令和2年度 4月1日付け
人事異動 課長級および園長級以上

令和2年度の正規職員数は、再任用職員および派遣職員を含め423名です。

■部長級 企画政策部長 棚瀬憲二、

総務部長 神谷敏彦、健康福祉部長

鈴木貴雄、建設部長 水野泰介、

知多北部広域連合事務局長 横井誠、

東部知多衛生事務組合事務局長 宇

販売中!

みんなに使ってほしいのじゃ!



おだいちゃん
スタンプ



気張るのじゃ!

購入はこちらから



問 広報情報課 内線288

治田昌弘

■課長級 企画政策課長 長坂亮、

広報情報課長 長谷川真里、秘書人

事課長 磯村輝人、総務課長 安藤

賢治、税務課長 佐藤泰匡、ふくし

課長 内田由紀子、健康課長 小田

浩昭、住民課長 山下秀彰、土木課

長 戸田幹也、上下水道課長 山本

亨、会計管理者兼会計課長 杉浦勝

仁、議会事務局長兼議事課長 鈴木

孝使、学校教育課長 横山靖彦、生

涯学習課長 浅田真一、学校給食セ

新しい連絡所長が 選ばれました

4月1日付で次の地区の連絡所長が新しく
選任されました。任期は令和2年4月1日か
ら2年です。(敬称略)

石浜西 山田 隆(再任)

藤 江 田島 由美子(再任)

●問い合わせ 協働推進課 内線295



再任

石浜西 山田 隆



森岡 水野 博隆



生路 杉浦 義治



緒川 内藤 明綱



再任

藤江 田島 由美子



緒川新田 野村 雅廣



石浜 鈴木 善博

ンター所長 畔上智、児童課指導保
育士 竹内弘美、児童課主幹兼総合
子育て支援センター所長 小田薫

■園長級 森岡西保育園園長 大島
聡子、緒川保育園園長 三井育実、
石浜保育園園長 早川樹里、生路保
育園園長 菊地智美、藤江保育園園
長 深谷純子

■退職者(3月31日付け) 企画政策
部長 早川信之、健康福祉部長 馬
場厚己、建設部長 井上千城、会計
管理者兼会計課長(部長級) 高場智
明、住民課長 長坂美紀代、上下水



道課長 鈴木忠、児童課指導保育士
杉浦民子、児童課主幹兼石浜保育
園園長 長坂鈴代、児童課主幹兼生
路保育園園長 近藤厚子、児童課主
幹兼藤江保育園園長 仲川貴子

東浦町 運行バス 「うらら」



1乗車 100円

乗車する場合は
運転手に見えるよう
バス停でお待ちください。



便利な1か月定期を
ご利用ください！(3か月分まで購入可)
大人2,000円／中学生1,000円／小学生500円

回数券もあります！(11枚つづり 1,000円)

定期券販売・時刻表配布場所

各地区コミュニティセンター、各ふれあい
センター、行政サービスコーナー(イオン
モール東浦 2階)、防災交通課

※定期券は使用開始日の10日前から購入できます。
※回数券・定期券を購入する場合や乗車の際はお
つりのないようお願いします。



問い合わせ
防災交通課 内線348

もっと知りたい！ 町からのお知らせ

More Higashiura News

学校教育課 会計年度任用職員

●職種 学校生活支援員

●内容 発達障がいのある児童・生徒、特別支援学級に在籍する児童・生徒の学校生活における支援

●募集人数 1名

●資格 意欲のある方

●任用期間

6月1日～令和3年3月

31日

●勤務時間

月～金曜日の午前8時20

分～午後4時の間で、学校

が指定する時間（1日4～

5時間程度）

※春・夏休みの出校日は勤

務になる場合有り、冬休

みの勤務無し

●勤務場所

学校教育課が指定する町

内の小中学校

●報酬

時給1013円

※期末手当有

●面接日 5月14日

●採用日 6月1日

●その他

・社会保険無し

・雇用保険、労災保険、有

給休暇有り

●申し込み

5月12日までに申込書

を問い合わせ先へ

※申込書は学校教育課で配

布または町ホームページ

からダウンロード

問 学校教育課 内線175



特別支援学校 体験入学



特別支援学校の様子を知っていただくための体験入学を実施します。体験入学日以外にも、随時相談を行っていますので、お気軽にご連絡ください。

■知的な発達に遅れや情緒に障がいがある子ども

●とき

・体験入学（小学部）

6月24日、7月9日

・体験入学（中学部）

7月1日、3日

・見学会（小学部）

5月28日

※新就学児の保護者対象

・見学会（中学部）

6月4日

※小学6年生の保護者対象

・見学会（高等部）

5月18日

※中学3年生対象

●ところ・問い合わせ

大府もちのき

特別支援学校

☎（46）3011

■手足が不自由な子ども

●とき

7月2日、9月16日

●ところ・問い合わせ

ひいらぎ特別支援学校

☎0569（26）7131

■病気で療養している子ども

●とき

7月14日、10月21日

●ところ・問い合わせ

大府特別支援学校

☎（48）5311

■共通項目

●対象

来年度小・中・高等学校

入学予定で、障がいがある

と思われる子どもと保護者

●申し込み

詳細は直接体験入学先へ

不要になった自転車・三輪車・ベビーカー・パソコン・小型家電製品(60cm以下)の回収を無料で行います。

自転車・三輪車・ ベビーカー・ パソコン・小型家電 製品の回収



※当日手渡しされたもののみ回収。前日または開始前に出すことはできません。
※小雨決行
●対象
小型家電製品例(縦・横・高さの一番長いところが60cm以下のもの)
パソコン(※)、プリンター、ケーブル類、ゲーム機、電子レンジ、トースター、炊飯器、電気ストーブ、ファンヒーター、オイルヒーター(オイルは抜いておく)、扇風機、掃除機(ホース・ノズルはもえるごみ)など
※本体とディスプレイが分離したタイプのパソコンは、ディスプレイ部分のみでは回収不可(パソコン本体と同時にディスプレイを出した場合は回収可)
●その他
・リユース(再使用)可能な自転車・三輪車・ベビーカーは産業まつりで希望者に差し上げます(当日の受け渡しは不可)。
・パソコン・小型家電製品に含まれる個人情報(ご自身で削除すること
・電動自転車のバッテリーは外すこと
・家電リサイクル品目(テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機)は回収不可
●環境課 内線283

と き	回収時間	回収場所
5月9日(土)	午前9時～正午	緒川コミュニティセンター 藤江老人憩の家
5月16日(土)		森岡コミュニティセンター 生路コミュニティセンター
5月23日(土)		卯ノ里コミュニティセンター 石浜コミュニティセンター

愛犬の登録と 狂犬病予防注射



生後91日以上の犬は、登録をして、毎年、狂犬病予防注射を受けなければなりません。次の予定で狂犬病予防注射を行いますので、お近くの会場で受けてください。

新たに未登録の犬を飼いだめた場合は、注射会場で登録することができます。その際、注射料金のほかに登録料金が必要となります。
●注射料金(1頭あたり) 3500円
●登録料金(1頭あたり) 3000円
※初回のみで永久登録
●持ち物
町で犬の登録をしている方に、注射日のお知らせハガキを送ります。当日は、ハガキ表面の問診票を記入の上、必ず持参してください。

●その他
4月の集合注射または、令和2年3月2日以降に獣医師が注射済みの犬は受ける必要はありません。
●注意事項
正当な理由なしに予防注射を受けないと、狂犬病予防法違反として罰せられることがあります。
●環境課 内線284

犬の登録と狂犬病予防注射日程表(2回目)

実施日	時 間	会 場
5月14日(木)	9:15～9:35	東ヶ丘集会所
	9:50～10:10	緒川新田消防分団詰所前
	10:35～10:55	役場
	11:15～11:30	町体育館
	12:45～13:00	藤江コミュニティセンター
	13:15～13:30	石浜コミュニティセンター
	13:45～14:00	緒川コミュニティセンター
	14:15～14:30	森岡コミュニティセンター



障がい者に創作的活動・生産活動の機会を提供することにより、社会との交流を促進し、自立した生活を支援する施設です。

●とき 毎週月～金曜日
午前9時～午後4時

●ところ 町福祉センター

●対象 町内在住の障がい児・者

●その他 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため活動を自粛しています。詳しくは問い合わせ先へ

岡町社会福祉協議会
☎(84)3741
岡役場障がい支援課
内線162

地域活動 支援センターを ご利用ください!



町障がい者 相談支援センター



生活全般についての相談・障がい福祉サービスの

あいち UIJ ターン 支援センター



専任のコーディネーターによる個別相談を実施しています。求職者の希望に合わせて仕事探しをお手伝いするほか、就職・転職後に安心した生活が送れるよう、住まいや地域に関する情報提供を行うなど、一人ひとりに寄り添って、サポートします。



●とき 月曜日～土曜日
午前10時～午後7時
※祝日・年末年始を除く

岡名古屋
☎052(308)4859
岡東京
☎03(6717)4427

利用など、障がい福祉の総合的な相談窓口です。

●とき 午前8時30分～午後5時30分(土日・祝日、開所時間外は転送電話で受付)

●対象 町内在住の身体障がい者、知的障がい者、精神障がい者、難病患者、障がい児、障がいの疑いがある方とその家族

商業振興事業費 補助金



県では、商店街などが地域経済の発展を図るために実施する商業活性化事業に対して補助金を交付します。

●対象者 商業団体など

●対象事業

- ・集客力向上事業
- ・販売促進事業
- ・機能強化事業
- ・連携創出事業

●費用 無料

●予約方法 電話、FAXまたは直接問い合わせ先へ

※訪問も可能(要事前予約)

岡町障がい者相談支援センター
☎(38)5035
Fax (34)6618

・魅力発信事業(団体のマップ・ホームページの新規作成や多言語対応への改修など、商店街の魅力を広く知らしめる事業)

●申請時期

4月1日☎～6月30日☎

●補助率

20～40%以内(※)

●補助対象経費限度額

・上限225～450万円
・下限20万円

※団体の会員数の規模に応じて異なる

岡県経済産業局商業流通課

☎052(954)6337



3月26日(木)

卒園おめでとう！

町内各保育園で卒園式が行われ、364名の年長園児が卒園しました。生路保育園では、年長園児46名が参加し、園長先生から卒園証書を受け取り、その後保護者に手渡しました。会場には、年少・中園児がお祝いのために作った飾りや、年長園児が作った作品などがたくさん飾られていました。



← NOW HIGASHIURA
最近、こんなことがありました

TOWN TOPICS

まちの話題トピックス

広報紙に掲載された写真を差し上げています。
※本人が写っている場合に限りです。



町HPでは
最新トピックスを公開中！

問い合わせ 広報情報課 内線288

3月24日(火)

災害備蓄品2品目が寄贈されました

JA あいち知多20周年記念事業寄贈品贈呈式が行われました。寄贈されたのは、長期保存ができる「農協の飲めるごはん」と保温・遮熱の使い分けができる「ハイブリットシート」の2品目です。東浦地域担当理事代表の鈴木さんは『「飲めるごはん」は、火を使うことなく手軽に飲食ができるので、赤ちゃんから高齢者まで、年齢に関係なく非常食として使ってほしい』と話してくれました。



編集後記

広報担当になってあつという間に1年。1年前、初めて広報紙の作成に携わったのがこの4月15日号でした。配属された中で、最終校正に参加したのを鮮明に覚えています。たくさんの方が携わり、さまざまな工程を経て発行されているのを知り、雑誌などの印刷物を見る視点が「広報紙で使ったらよさそう」に変わりました。若干の職業病ですね(笑)(H)

スーパーキッズ

八重樫 丈くん(0歳) 写真中央

八重樫 花ちゃん(5歳) 写真右

八重樫 杏ちゃん(3歳) 写真左

食べてる時と寝てる時以外常にうるさいですが、3人元気で宜しい！これからもたくましく大きくなってねー！



メールで簡単応募！
町ホームページ
「広報ひがしうらスーパーキッズ募集」から応募できます。





レッツ! エコクッキング!

普段は捨ててしまう野菜や果物の
芯や皮を料理に使えば、捨てられ
る生ごみを減らすことができますね。



春キャベツの美味しい時期になりました。よく捨
てられてしまうキャベツの芯ですが、実はカルシウ
ム、カリウム、リンなどの栄養素が豊富に含まれて
います。捨ててしまうのはもったいない！旬の食材
を美味しく食べきる簡単レシピを紹介します♪

春キャベツの芯入り 豆乳スープ

■材料(2～3人分)

- ・春キャベツの芯…………… 1個分
- ・玉ねぎ…………… 1/8個
- ・ベーコン…………… 4枚
- ・マカロニ(3分ゆでタイプ)… 20～30g
- ・豆乳(成分無調整)…………… 1カップ
- ・オリーブ油…………… 小さじ2
- ・水…………… 1.5カップ
- ・塩、黒コショウ…………… 少々

■作り方

- ①春キャベツの芯を縦半分に切り、そぎ切
りにします。玉ねぎは薄切りに、ベーコ
ンは1cm四方に切ります。
- ②鍋でオリーブ油を熱し、①を入れて中火
で1分炒めます。水を入れ、煮立ったら
マカロニを加え3分間ゆでます。
- ③②に豆乳を加え、煮立ったら塩と黒コショ
ウで味を調えます。
- ④完成♪

キャベツの芯のくりぬき方

キャベツは、新鮮なうちに芯をとる！

- ①芯の横から斜めに包丁を入れ、向
きを変えながら5回ほど差し込み、
五角形を作るように斜めに包丁
を入れると上手にできます。
- ②芯をくりぬいた部分に、水で濡ら
したキッチンペーパーを詰めます。
ビニール袋に入れ、芯の部分を下
にして冷蔵庫で保管します。



くりぬいた芯の部分に
湿ったキッチンペー
パーを入れたもの

ポイント

この方法で保管すると、芯をくり
ぬかずに保管するより、長持ち
します。使い切る前に傷めてし
まうということも防げますね。

芯の部分35g
使い切りに挑戦！



Eco Cooking

エコクッキング
生ごみ減量につながる

オリジナル
レシピ募集!

食材を使い切るレシピや、残った料理を使ったレシピを随時募集しています。
応募いただいたレシピは町ホームページなどで紹介させていただきます。

●応募方法 FAX、メール、郵送または直接問い合わせ先へ(任意様式)

●問い合わせ 環境課 内線284 FAX 83-9756 〒470-2192 (住所不要) 環境課
メール kankyo@town.aichi-higashiura.lg.jp

