地域おこし協力隊 活動日記 No.6

加藤　友紀
（宮城県仙台市出身）

「今年度の活動を振り返って」

今年度も、残りわずかですね。２度目の冬は雪国の洗礼を受け、人生初の雪下ろしを経験しました。体力がいる作業ですが、雪が下ろされてきれいになっていく屋根を見ると気持ちが良いです。

今年度は、１年を通してぶどう栽培に関わり、収穫の楽しさやワインイベント等でお客さんと接する時の楽しさを学びました。暑い中での草刈りや、風の強い中でのハウスへのビニール張り…大変な作業は山ほどありますが、イベントでお客さんがワインを「おいしい」と飲んでいる姿を見たら、大変だったことも吹き飛んでしまいました。

また、青年教育事業の「南陽若者コンペティション」に参加し、多くの方と出会うことができました。南陽の若者と一緒に「まちづくり」について学び、たくさん話ができたことは刺激になり、本当に良かったです。

来年度も何ごとも楽しみながら学んでいきたいと思います。そして、魅力ある南陽を多くの方に知ってもらえるよう積極的に情報を発信していきたいです。

４月　暮らしの相談

健康相談

■温泉健康相談
▽日時　24日㈫午後１時30分～３時30分
▽場所　ハイジアパーク南陽
㊐すこやか子育て課すこやか係（☎㊵-1691）

■心の健康相談（要予約）
▽日時　18日㈬午前９時30分
▽場所　置賜総合支庁
㊐・㊎置賜保健所（☎㉒－3015直通）

消費生活に関する相談

■市民課生活係（☎㊵－8255）
▽日時　平日午前８時30分～午後４時30分

■置賜消費生活センター（☎㉔－0999）
▽日時　平日午前９時～午後５時

無料法律相談（予約不要・受付順）

▽日時　２日㈪・16日㈪午前９時～午後１時
▽場所　市民相談室
▽受付　市民課生活係（☎㊵－8255）

子どもに関する相談

■すこやか子育て相談
▽日時　27日㈮午後１時30分～３時30分
▽場所　ハイジアパーク南陽
㊐すこやか子育て課すこやか係（☎㊵-1691）

■乳幼児健康相談
▽日時　10日㈫午前10時～11時
▽場所　すこやか（たんぽぽプラザ内）
㊐すこやか子育て課すこやか係（☎㊵-1691）

結婚相談会（要予約）

▽日時　17日㈫・19日㈭午前９時～正午
▽場所　南陽市役所
㊐社会教育課結婚推進係（☎㊵－8997）

行政相談

▽日時　20日㈮午後１時～３時
▽場所　市民相談室
▽受付　市民課生活係（☎㊵－8255）

人権相談

■人権特設相談所
▽日時　２日㈪午後１時30分～４時
▽場所　健康長寿センター（☎㊸－5888）

労働に関する相談（要予約）

■ハート・ルームin南陽
▽日時　10日㈫午後７時～９時
▽場所　ワトワセンター（☎㊼－6445）

市食生活改善（母子保健）推進員連絡協議会

おうちで簡単クッキング

今回は沖郷地区食改メニューです

切り干し大根とツナのサラダ

材料（作りやすい分量）
切り干し大根 ……40g
ツナ缶 ……60g
にんじん ……20g
きゅうり ……１/２本
A［ポン酢 ……大さじ２
　ゴマ油 ……大さじ１
　塩 ……少々
　コショウ ……少々

作り方
① 切り干し大根はさっと洗ってたっぷりの水に15～30分浸し、しっかり水気を絞る。
② 皮をむいたにんじん、きゅうりは細めのせん切りにする。ツナ缶は汁気を切っておく。
③ ボウルにＡを合わせ、①②を加えてあえる。

ワンポイント
切り干し大根は、カルシウムや食物繊維などがたっぷり含まれています。いりゴマを加えると、よりおいしくいただけます。

㊐すこやか子育て課すこやか係（☎㊵－１６９１）

・３月の納税・

国民健康保険税　第９期

※納付書の納期を確認して納付ください。

納期限は４月２日㈪

人口の動き

平成30年２月末現在
（　）内は前月比

人口	31,775 人	(－4)
男性	15,260 人	(－10)
女性	16,515 人	(＋6)
世帯	11,269 世帯	(＋16)