

### 市長・教育長との懇談会

# 子ども防災サミット

市内7校の小学生たちが、市の防災について、市長・教育長と意見を交わす懇談会（子ども防災サミット）が、11月12日、保健文化センターで開催されました。

児童たちは「一人で家にいるときに地震が発生したときの心構えを教えてください」、「学校など公共施設の耐震化はどこまで進んでいるか」など、日ごろ疑問に思っていることなどを質問し、市長・教育長と意見を交わしました。



また、災害が起こったとき、自分たちに何ができるのかを考えた提案を発表したあと、「いつでもどこでも自分の命は自分で守ります」、「助け合えるまちづくりを目指します」、「日頃から避難場所や避難経路を確認します」と、みんなで考えた「サミット宣言」が力強く読み上げられました。

金坂市長からは、「皆さんが一生懸命考えた提案を参考に、災害に強いまちづくりを進めていきます。皆さんも、今日話し合われたことやサミット宣言を、皆さんが中心となって学校や家庭、地域で実践してください」と締めくくりました。



## チームワークで初優勝！

増穂北小学校ミニバスケットボール部

山武郡市小学校球技大会ミニバスケットボールの部が東金アリーナで10月26日に行われ、増穂北小学校が見事、初優勝を飾りました。  
この大会は山武郡市の各ブロック大会で勝ち上がった小学校が参加。決勝戦でも増穂北小学校は粘り強く、スピード感あふれる試合を展開。相手チームも一歩も引かない大接戦となりましたが46対40点で勝利を収めました。  
顧問の宮野先生は「試合を重ねるごとにチームが成長していった。昨年は準優勝だったので、今年は優勝したいという子どもたちの気持ちが強く感じられた」と子どもたちの健闘をたたえました。  
また、子どもたちは「練習が大変なこともあったけど、初めて優勝できてうれしい」、「協力できたから勝てたと思う」と試合中の勇ましい姿とは違って、笑顔で話してくれました。

真亀川をきれいにする  
協議会  
ポスター  
コンクール

最優秀賞  
小倉 涼花さん(白里中3年)

## 休日当番医

診療時間は9時～17時までですが、12時～13時はお昼休みになります。(緊急の場合はこの限りではありません)都合により当番医が変更になる場合もあります。また、専門以外の時は診療できない場合があります。休日当番医テレホンサービス(☎0475-50-2531)もあわせてご利用ください。

月日	内科系	外科系	
12/1 (日)	不動堂クリニック (九十九里町) ☎0475 (76)7737	伊藤医院 (山武市) ☎0475 (82)2508	まさごクリニック (横芝光町) ☎0479 (80)0122
12/8 (日)	きみのもりクリニック (大網白里市) ☎0475 (70)2366	京葉内科クリニック (山武市) ☎0475 (82)2400	大平医院 (山武市) ☎0479 (86)6012
12/15 (日)	岸本医院 (東金市) ☎0475 (52)4885	よしみ医院 (山武市) ☎0475 (82)8676	おおみ泌尿器科 (大網白里市) ☎0475 (70)1333
12/22 (日)	鈴木クリニック (大網白里市) ☎0475 (71)2033	岩崎医院 (山武市) ☎0479 (86)2217	日向台クリニック (山武市) ☎0475 (88)1491
12/23 (月)	錦織メディカルクリニック (大網白里市) ☎0475 (72)0214	原田医院 (芝山町) ☎0479 (77)0056	東金整形外科 (東金市) ☎0475 (55)8002
12/29 (日)	うじはらクリニック (大網白里市) ☎0475 (73)3320	鈴木医院 (山武市) ☎0475 (89)1002	山崎医院 (横芝光町) ☎0479 (82)0561
12/30 (月)	佐藤医院 (東金市) ☎0475 (58)2056	芝山みどりの森クリニック (芝山町) ☎0479 (74)8123	東葉クリニック 東新宿 (東金市) ☎0475 (55)1501
12/31 (火)	原医院 (東金市) ☎0475 (54)0624	笹本医院 (横芝光町) ☎0479 (82)5162	とし整形外科クリニック (横芝光町) ☎0479 (82)7770
	はにや内科 (大網白里市) ☎0475 (70)1500		

●夜間急病診療所(東金市) ☎0475(50)2511 20時～23時  
●休日救急歯科診療所(東金市) ☎0475(50)2512 休日のみ9時～12時  
※時間外の受診については消防本部☎0475(55)0119

## 料理 お子さまも大好き!! 鶏手羽元のマーマレード煮

マーマレードの甘酸っぱさとしょうゆの絶妙なハーモニー。牛乳も入りカルシウムたっぷり。クリスマスの一品にいかがですか?



1人分:176キロカロリー

### 材料 (6人分)

- 鶏手羽元肉.....12本
- バター.....20g
- 牛乳.....1カップ
- マーマレードジャム.....80g
- しょうゆ.....大さじ2

### 作り方

- ①鍋にバターを溶かし、手羽元の表面にこんがり焼き色を付ける。
- ②牛乳とマーマレードジャムを混ぜ合わせてから鍋に加え、アルミホイルで落とし蓋をして煮る。
- ③しばらく煮たらしょうゆを加える。煮汁が半分くらいになったら落とし蓋をはずし、煮汁がなくなり照りが出るまで煮詰める。

食生活改善協議会 瑞穂支部

## 安心生活

### 応援ニュース

誰もが住みよい生活環境を築くことができるように次のことに注意しましょう。

- たばこを吸うときは、ちよつとしたマナーが大切
- 他の歩行者にやけどを負わせる危険がありますので、歩きタバコはやめましょう。
- 地域のボランティアの方々などが清掃活動に取り組んでいます。吸い殻のポイ捨ては街を汚したり、火事の原因になりますのでやめましょう。
- たばこの煙やにおいが苦手な方はたくさんいます。決められた場所で吸いましょう。
- 火の取り扱いには注意を

特に暖房器具や台所のコンロなどの火の取り扱いには、十分に注意し、火災の予防に心掛けましょう。