

## 災害に備えて

### ～令和6年度大網白里市総合防災訓練～

10月6日、令和6年度大網白里市総合防災訓練を実施し、約800人の市民の方々などが参加しました。当日は増穂小学校児童が防災について学習し、参加した児童から「楽しかった。防災は大切だと感じた。もっと学びたい。」などの声がありました。



▲水消火器による初期消火訓練

#### ▼消防・救急車両の展示



▲自衛隊車両の展示



▲津波避難すごろく



▲炊き出し

## 永田駅前に公衆トイレが寄贈されました

市内の方から寄贈され、10月8日に供用を開始しました。多機能トイレ(誰でもトイレ) | 基と男性用小便器 | 基を備え付けています。



▲寄贈された永田駅前のトイレ



▲多機能トイレ

## 産業文化祭(産業の部)

とれたて新鮮で安心・安全な地元農産物や海産物等の即売、商工会による青空市、姉妹町の群馬県中之条町による特産品の販売も行います。  
 ▶日時=11月9日(土)9時30分～13時  
 ※小雨決行・荒天中止。  
 ▶会場=大網白里アリーナ駐車場(上貝塚160番地)  
 ▶内容=地元農産物・海産物の販売、植木や木材加工品などの展示販売、日

用雑貨の販売など  
 ▶注意事項  
 ・会場案内や無料シャトルバスの運行時間など詳細は、新聞折込チラシ、市ホームページを確認してください。  
 ・当日は会場周辺の混雑が予想されます。駐車場は限られていますので、シャトルバス、徒歩等での来場をお願いします。  
 問 農業振興課農政班 ☎(70)0345



## 大網白里市商工会から土のうを寄付いただきました

9月7日、市商工会から土のう400袋の寄付をいただきました。この土のうは、大規模化する台風や大雨等の災害に備え、市民の皆さんの被害を最小限にとどめることを目的として、会員事業所のボランティアで作成されました。今後、災害時に市を通じて市民の皆さんへの配布を行っていきます。



▲土のう作りの様子



▲ボランティアの皆さん

## 産業道路が花いっぱい～花植えボランティア～

10月11日、白里中学校3年生と市社会福祉協議会白里支部が、福祉教育の一環として、県道30号線(産業道路)に花植えのボランティアを実施しました。当日は生徒約70人が参加し、700株のパンジーを植え、明るく華やかな産業道路になりました。



▲花植えの様子

## 休日当番医 ●休日当番医テレホンサービス ☎0475(50)2531

▶診療時間=9時～17時 昼休み時間は各医療機関にお問い合わせください。  
 ※都合により当番医が変更になる場合もあります。また、専門以外のときは診療できない場合があります。

月日	医療機関名	
11/3(日)	佐久間医院(大網白里市) ☎0475(72)0638	山崎医院(横芝光町) ☎0479(82)0561
11/4(月)	はにや内科(大網白里市) ☎0475(70)1500	高橋医院(山武市) ☎0475(82)2450
11/10(日)	とうがね中央糖尿病腎クリニック(東金市) ☎0475(54)2421	高根病院(芝山町) ☎0479(77)1133
11/17(日)	ふるがき糖尿病循環器クリニック(大網白里市) ☎0475(70)0801	宇井医院(山武市) ☎0475(86)2522
11/23(土)	城西クリニック(東金市) ☎0475(52)8181	松尾クリニック(山武市) ☎0479(86)6482
11/24(日)	まさきクリニック(九十九里町) ☎0475(78)6868	大平医院(山武市) ☎0479(86)6012

※電話番号をご確認の上、お問い合わせください。

- 山武郡市急病診療所(東金市) ☎0475(50)2511(受付時間20時～21時45分)
- 時間外の受診(消防本部指令課) ☎0475(55)0119

## おすすめ料理 ●きのこをおいしく●

### きのこのクリームパスタ

1人分591キロカロリー、食塩相当量1.8g

しめじをたくさん使ったパスタです。1つのフライパンで完成するので簡単に作れます。

- 材料(3人分)
- |                      |                 |
|----------------------|-----------------|
| パスタ(茹で時間7分).....200g | にんにく.....1かけ    |
| しめじ.....200g         | A 水.....700cc   |
| 玉ねぎ.....1/2個         | 塩.....小さじ1/3    |
| ベーコン.....6枚          | 生クリーム.....120cc |
| オリーブ油.....大さじ2       | 塩こしょう.....適量    |
|                      | パセリ.....適量      |



- 作り方
- ①しめじは、石づきを切ってほぐす。パスタは、長さを半分に折る。
  - ②玉ねぎは薄切り、にんにくはみじん切り、ベーコンは1cm幅に切る。
  - ③フライパンに、オリーブ油とベーコンを入れ、ベーコンから脂が出てくるまで炒める。にんにくと玉ねぎを加えて炒め、玉ねぎが少し柔らかくなったらしめじを入れて炒める。
  - ④③にAを加えてふたをして加熱する。沸騰したらパスタを入れて菜箸で混ぜてふたをし、中火で6分加熱する。途中1回パスタを菜箸で混ぜて、再度ふたをする。
  - ⑤6分後火を消し、3分ふたをしたままにする。3分後、強火で加熱し、生クリーム、塩こしょうを加えて混ぜ、お皿に盛り付けパセリを散らす。



▲食生活改善会のおすすめレシピ