

9月1日～10月31日は  
「動物の飼い方マナー  
アップ強化期間」  
9月20日～26日は  
「動物愛護週間」です

気づかないうちに近所に迷惑をかけていませんか。ペットを飼うときは、周りへ配慮することがとても大切です。みんなが動物好きとは限りません。マナーを守って飼いましょう。

○犬の飼い主の方へ

- ◇犬のフンの放置に対する苦情が後を絶ちません。散歩中に、フンをしたら袋などに入れて必ず持ち帰りましょう。
- ◇放し飼いは禁止されています。散歩中も必ずつなぎましょう。
- ◇飼養施設を常に清潔にして、周辺に迷惑をかけないようにしましょう。
- ◇生後3か月以上の犬は、「登録」と毎年1回の「狂犬病予防注射」が義務付けられています。

防注射」が義務付けられています。  
◇死亡したとき、または飼主や住所が変わったときは、届出が必要です。  
◇迷い犬を防ぐためにも、首輪に鑑札を付けましょう。

○猫の飼い主の方へ

- ◇他人の家にフンや尿をしたり、車に上がってキズをつけたりしていませんか。猫の健康や安全のためにも、できるだけ屋内で飼いましょう。
- ◇繁殖を望まない場合は、不妊・去勢手術をしましょう。
- ◇迷い猫を防ぐためにも、名札を付けましょう。

◎野良猫へのエサやりについて

無秩序な野良猫へのエサやり行為は、かわいそうな猫を増やすだけではなく、ノミの発生や悪臭等環境を悪化させることにつながります。一時的な感情で野良猫にエサを与えることは絶対にやめてください。

■問い合わせ 生活衛生課  
☎0820(79)1010

町職員の人事異動 ( )内は旧所属

【退職】平成24年8月31日付 山本幹夫(上下水道課)



カラフルしゅうまい



今回は、子どもの食生活についてお伝えします。大人と同じ食事を食べるようになると、味つけが濃くなりがちです。学童期は味覚が形成される時期なので、食事はうす味に心がけましょう。また、スナック菓子などは、大人が食べておいしい味になっていて、子どもにとっては塩分の多いものもあります。おやつは、食事の一部と考え、食事で不足しやすい乳製品や果物などにしましょう。今回は、豆腐や野菜が入った「カラフルしゅうまい」の献立を紹介します。簡単に作れますので、ぜひ親子で作ってみてくださいね。

周防大島町食生活改善推進協議会橘支部 川本 幸子

材料	4人分
豚ひき肉	70g
豆腐	50g
たまねぎ	50g
干しいたけ	1枚
ごま油	小さじ1
酒	大さじ1
塩	小さじ1/4
こしょう	少々
おろししょうが	小さじ1/2
片栗粉	大さじ1
ミックス「ジツル」	適宜
しゅうまいの皮	16枚
レタス	20g
クッキングシート	適宜
酢	小さじ2
醤油	小さじ2
みりん	小さじ2

エネルギー 131kcal たんぱく質 6.4g  
脂質 4.6g 食物繊維 2.2g  
食塩相当量 0.8g

<作り方>

1. 豆腐は布きんに包んで重しをして水気をきる。
2. 干しいたけは、ぬるま湯でもどしみじん切りにする。
3. たまねぎはみじん切りにする。
4. ボウルに、豚ひき肉・調味料Aを入れてよく混ぜる。①の豆腐・②の干しいたけ・③のたまねぎ・調味料Bを加えて混ぜて、16等分し、丸める。
5. しゅうまいの皮を手を広げ、④をのせて包み、上にミックス「ジツル」をのせる。
6. クッキングシートにのせて、蒸気の上上がった蒸し器で8～10分くらい蒸す。(ふたにぬれ布きんをかけておくとよい)
7. 調味料Cを混ぜ、たれをつくる。
8. しゅうまい、レタスを盛り付ける。タレをつけていただく。