

スリム 3R夢な 親子エコ・クッキング講座

食材とエネルギーを無駄なく使う、環境に優しい料理を学びます。作った料理はおいしく食べましょう。



日時: 8月17日(金)10時30分~13時

会場: 東京ガス横浜ショールーム

(西区みなとみらい3-5-1 MARK ISみなとみらい4階)

対象: 区内在住か在学の小学生と保護者(2人1組)

定員: 抽選15組30人(8月6日までに当選者へ郵送で通知)



昨年の様子



メニュー例

- 申込 ファクスかEメール(7月31日まで)行事名と住所、電話番号、参加者全員の氏名、子の小学校名・学年を記入し、区役所資源化推進担当へ
☎ 540-2244 ☎ 540-2245
✉ ko-shigenka@city.yokohama.jp

※エコ・クッキングは東京ガス(株)の登録商標です

家庭で食中毒を予防しよう

特に夏場は、買って来た食材や残った食品を、すぐに冷蔵庫にしまいましょう。

肉

ポイント 同じ器具を使わない

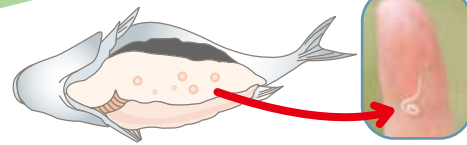


ポイント 中心部までしっかり加熱



魚

ポイント アニサキス(寄生虫)に注意



加熱するか24時間冷凍(-20度)すれば死滅します。刺し身やシメサバで食べる場合は、明るい場所でよく確認しましょう。

野菜

ポイント 水道水でしっかり洗う

ポイント 生肉・生魚からの污染がないよう、生野菜は先に調理



- 問合せ 区役所食品衛生係 ☎ 540-2370 ☎ 540-2342

蚊

が媒介する感染症に注意

海外では、デング熱などの蚊が媒介する感染症が流行しており、日本でのこれらの患者のほとんどは海外での感染です。発生地域に渡航する際は、蚊に刺されないようにしましょう。症状がなくても感染を広げてしまう場合があるため、特に帰国後2週間は蚊に刺されないよう注意が必要です。日常生活でも、蚊を増やさないことを心掛けましょう。



植木鉢の受け皿やじょうろなどは、ボウフラの発生源とならないよう、定期的に水を捨てる・片付ける

長袖と長ズボンを着用し、肌の露出を避ける

虫よけの用法・用量を守って正しく使用する

草刈りなどで風通しを良くし、蚊がすみ着かない環境をつくる



市では、市内の公園など25か所(区内は新横浜公園と新横浜駅前公園)で定期的に蚊を捕獲し、生息状況や蚊媒介感染症ウイルスの保有状況の調査をしています。

- 問合せ
蚊の対策について 区役所環境衛生係 ☎ 540-2373 ☎ 540-2342
感染症について 区役所健康づくり係 ☎ 540-2362 ☎ 540-2368

港北区には、横浜F・マリノスがある。

「お孫さんと一緒に運動・サッカー教室 ~楽しく認知症未病改善~」開催中

認知症にならないためには、食事や運動、社会参加を中心とする生活習慣の改善が大切だといわれています。F・マリノスでは、年々増えている認知症を予防するために、孫と一緒に楽しみながら行うサッカー教室を、マリノストリコロールパーク新吉田で開催中です。

この教室では、頭・体・音楽を使った運動や、食・運動に関する講義を行っています。



世代を超えて楽しく運動

日頃から体を動かすことを心掛けましょう

山田 康太 選手

HOME
ホーム
ゲーム

J1リーグ 横浜F・マリノス試合日程

- ◎ 7月28日(土) 18時キックオフ VS 清水エスパルス(日産スタジアム)
- ◎ 8月1日(水) 19時30分キックオフ VS サンフレッチェ広島(ニッパツ三ツ沢球技場)
- ◎ 8月15日(水) 19時30分キックオフ VS 名古屋グランパス(日産スタジアム)

※日産スタジアムでのホームゲームでは、4か月以上の未就学児を対象とした託児サービスを行っています(有料・要予約)

- 問合せ 区役所地域活動係 ☎ 540-2234 ☎ 540-2245

編集発行 港北区役所広報相談係 ☎ 540-2222 ☎ 540-2227

区のデータ 区の人口: 350,804人 世帯数: 168,460世帯(2018年6月1日現在)

本紙の情報はホームページに掲載しています 港北区 検索



広告