育

くらし

ツ

談



救急車を呼ぶか 迷ったら#7119

急な病気やけがをした時に、救 急車を呼んだ方がいいか、自分で 病院に行くならどこに行けばいい かなど、迷った時の相談先として 便利な電話相談窓口「#7119」 が開設されました。

「#7119」は、常駐の看護師に 24時間365日で相談できます。相 談料は無料(通話料は利用者負担) で、10月1日から運用を開始しま す。

間県消防保安課

(2027 - 226 - 2242)



安中市集落支援員活動報告

Vol.3

緒に地域を支えていくメンバーを見つけたい



みなさんこんにちは!黛です。先 日、集落支援員として地域おこし協 力隊の平間さんが主催するマルシェ をお手伝いさせていただきました。 入口で「安中市に移住してきたの



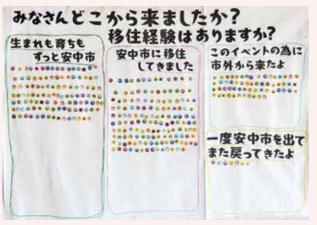
▲公式SNS

か」、「昔からずっと安中市にいるのか」と聞いた 時に感じたのは、安中市に移住した人がたくさんいるという事実を 安中市に住んでいる人はなかなか知る機会がないということです。

私も市外から移住しましたが、秋間みのりが丘から秋間梅林にボ ランティアに来てくれる人がたくさんいるので、自然と移住者同士 でコミュニケーションを取っていましたが、それは当たり前ではな かったのかもしれません。

移住・定住アクションプランのワークショップにも引き続き参加 させていただいており、そこでもたくさんの人と会います。今、市 内にどんな人たちがいて、皆でどんなことができるのか。特に私

は、農用地保全 や生活支援、地 域資源の活用に 力を入れている ので、一緒に地 域を支えていく メンバーと出会 えるよう、より 地域と関わって いきたいと思い ます。



安中市の学校給食を紹介します!



【栄養成分(1人分)】

エネルギー 160kcal たんぱく質 9.9g 0.8g 食塩

☆豚肉の梅みそソース☆

【材料】	【4人分】
豚肉(ロース)	240g
酒	小さじ1
油	大さじ1
みそ	大さじ1と1/2
砂糖	小さじ1
みりん	小さじ1
酒	小さじ1
梅ジャム	小さじ2
水	小さじ2

安中市学校栄養士会

秋間梅林で栽培、加工された梅ジャム を使った梅みそソースです。甘いみそだ れにさわやかな梅ジャムが加わった、 さっぱりしたソースです。

梅と豚肉を使ったレシピで、疲労回復 にぴったりの一品です。

おすすめポイント

【作り方】

- 豚ロース肉は約3等分に切り、酒をま
- ② 🗚の調味料を混ぜる。
- ③ フライパンに油をひき、豚肉を重なら ないように並べ、両面を焼く。
- ④ Aをフライパンの空いている所に入れ、 少し煮詰めてから肉にかける。