



福山市加茂町出身の作家 井伏鱒二氏の原爆をとり上げた「黒い雨」にゆかりのある本町三和地区小島の街中に「ふれあい平和サロン」が完成しました。

運営母体の小島商栄会によるフリーマーケットが6日・7日の両日、多くの方々の来場でにぎやかに行なわれました。

新しい観光スポットとして、地域の方の憩いの場として、平和学習の拠点として期待されます。気軽にお越しください。
(小島自治振興会 Yさん)

気軽にお越しください



第13回じんせき雪どけマラソン

3月11日(日)、神石地区で第13

回じんせき雪どけマラソンがありました。

暖冬といわれる今年の冬ですが、この日は冬に逆もどり。厳しい寒風が吹き付ける中、

子どもから大人まで、総勢97名が力走しました。

参加者全員完走した後は、地元の皆さんが作ったうどんとおでんに舌つづみを打ちました。

(草木自治振興会 Nさん)



簡単レシピ

町内の酪農に携わる女性10名が結成している酪農女性部

が、牛乳をもっと飲んでもらおうと、簡単でおいしい乳製品を使った料理のレシピを紹介し、みなさんご家庭でぜひ作ってみてください。

カルボナーラスパゲティ

- (材料)
- スパゲティ …… 250g
 - 生クリーム …… 200cc
 - ベーコン …… 5~8枚
 - ほうれん草 …… 1束
 - 水 …… 500cc
 - 玉ねぎ …… 小1/2個
 - コンソメ …… 2個
 - 塩・コショウ …… 少々

(作り方)

- ①鍋に水、ベーコン、玉ねぎ、スパゲティ、コンソメを入れてふたをして10分間煮す。(この時、ほうれん草も煮す)
- ②生クリーム、ほうれん草を切って①と混ぜ合わせ塩・コショウで味を整える。

広報神石高原では、みなさまからのお便りやお知らせ・俳句など、お待ちしております。みなさんでこのページをご活用ください。

あて先

〒720-1522 神石高原町小島2025
神石高原町役場企画課「神石高原バスケットニュース」係
E-mail j-kikaku@town.jinsekikogen.hiroshima.jp

**元気があふれ
元気が広がる健康づくり**



石川雄一先生

三月二十五日
(日)、三和公民館で
日本ヘルスサイエンス
センター石川雄一
先生を講師に招き、
健康づくり講演会を
開催しました。

当日は一〇五名の参加者があり、一つの机を四人で囲む「皆で教えあい学びあう」スタイルです。みなながら、会場には笑いがあふれ、最後は先生の元気な歌声で幕を閉じました。講演の内容を次に紹介します。

○人の健康は、病氣(マイナス要因)の改善と、元気(プラス要因)の調和が大切です。健康づくりのためには健診やデータは必要であり、運動や食事はもちろんのこと、おしゃれをすること、仕事をすること、役割や生きがいといった目標をもつことが大切です。

**保健福祉
センター
だより**



Library

図書館だより

Box

シルトピアカレッジ図書館
☎82-2002

平成18年度

みんなに読まれた本 ベスト10

(一般書)*

- 1 東京タワー オカンとボクと、時々、オトン リリー・フランキー/著
博士の愛した数式 小川 洋子/著
- 3 焼きそばうえだ さくら ももこ/著
- 4 ダ・ヴィンチ・コード上 ダン・ブラウン/著・越前 敏弥/訳
愛の流刑地上 渡辺 淳一/著
- 6 ダ・ヴィンチ・コード下 ダン・ブラウン/著・越前 敏弥/訳
恋バナ 青 Yoshi/著
明日の記憶 荻原 浩/著
翼の折れた天使たち 海 Yoshi/著
- 10 恋バナ 赤 Yoshi/著
容疑者Xの献身 東野 圭吾/著
泉庁の星 桂 望夫/著
子育てハッピーアドバイス 2
明橋 大二/著・太田 知子/イラスト
赤い指 東野 圭吾/著

(児童書)*

- 1 ハリーポッターと謎のプリンス 上 J.K.ローリング/作・松岡 佑子/訳
- 2 ハリーポッターと謎のプリンス 下 J.K.ローリング/作・松岡 佑子/訳
- 3 うんちっち わたしのえほん4~5歳から ステファニー・ブレイク/作・絵
- 4 はらぺこあおむし エリック・カール/作・もり ひさし/訳
ミッケ!かくれんぼ絵本
シーン・マルソーロ/文・糸井 重里/訳
ナルニア国物語 ライオンと魔女
ルイスC.S/著・瀬田 貞二/訳
- 7 やさいのおなか 木内 勝/著
ウォーリーをさがせ! ハンドフォード・マーティン/作
ミッケ!たからじま かくれんぼ絵本
シーン・マルソーロ/文・糸井 重里/訳
- 10 かいけつゾロリのでんごくとしごく 原 ゆたか/作・絵
ナルニア国物語 ガスビアン王子のつづえ
ルイスC.S/著・瀬田 貞二/訳

2007 5 May

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
●	●	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	●	●

● 休館日 ■ 絵本のおはなし会

今月の「絵本のおはなし会」

今月も「ゆせんこ」のみなさんによる楽しい絵本のおはなし会があります。みなさんぜひ聴きに来てください。

とき

4月21日(土) ひる2時~
5月 5日(土) ひる2時~
5月19日(土) ひる2時~

ところ

シルトピアカレッジ図書館(児童コーナー)



- 人が健康で生きるための八つの条件
- ①病気が少ない
 - ②人のために役立っている
 - ③心にゆとりがある
 - ④自分にあったふれあいの場がある
 - ⑤夢や目標がある
 - ⑥生きがいをもって生きている
 - ⑦自分の思いを表現でき、それを共に分かち合える
 - ⑧①~⑦までの項目が自分らしく調和している
- これら、八つの条件を満たしながら、赤ん坊からお年寄りまでいきいきと輝くまちは、くりに取り組んでいきましょう。