

12月ごみカレンダー

	小浜・今富	雲浜・西津	内外海	国富	
1 (水)	ビン/缶・埋め立てほか			ビン/缶・埋め立てほか	1 (水)
2 (木)	その他プラ/その他紙	燃やすごみ	燃やすごみ	その他プラ/その他紙	2 (木)
3 (金)	燃やすごみ	その他プラ/その他紙	その他プラ/その他紙	燃やすごみ	3 (金)
4 (土)					4 (土)
5 (日)					5 (日)
6 (月)		燃やすごみ	燃やすごみ		6 (月)
7 (火)	燃やすごみ			燃やすごみ	7 (火)
8 (水)		ビン/缶・埋め立てほか	ビン/缶・埋め立てほか		8 (水)
9 (木)	その他プラ	燃やすごみ	燃やすごみ	その他プラ	9 (木)
10 (金)	燃やすごみ	その他プラ	その他プラ	燃やすごみ	10 (金)
11 (土)					11 (土)
12 (日)					12 (日)
13 (月)		燃やすごみ	燃やすごみ		13 (月)
14 (火)	燃やすごみ			燃やすごみ	14 (火)
15 (水)	缶・埋め立てほか			缶・埋め立てほか	15 (水)
16 (木)	その他プラ/その他紙	燃やすごみ	燃やすごみ	その他プラ/その他紙	16 (木)
17 (金)	燃やすごみ	その他プラ/その他紙	その他プラ/その他紙	燃やすごみ	17 (金)
18 (土)					18 (土)
19 (日)					19 (日)
20 (月)		燃やすごみ	燃やすごみ		20 (月)
21 (火)	燃やすごみ			燃やすごみ	21 (火)
22 (水)		缶・埋め立てほか	缶・埋め立てほか		22 (水)
23 (木)	その他プラ	燃やすごみ	燃やすごみ	その他プラ	23 (木)
24 (金)	燃やすごみ/新聞など	その他プラ	その他プラ	燃やすごみ	24 (金)
25 (土)					25 (土)
26 (日)					26 (日)
27 (月)		燃やすごみ	燃やすごみ		27 (月)
28 (火)	燃やすごみ			燃やすごみ	28 (火)
29 (水)			新聞など	新聞など	29 (水)
30 (木)	その他プラ	燃やすごみ/新聞など	燃やすごみ	その他プラ	30 (木)
31 (金)					31 (金)

- 缶・埋め立てほか…アルミ・スチール缶、金物、ペットボトル、有害、埋め立て
- 新聞など…新聞、雑誌、広告紙、段ボール

市公式ホームページに「ごみのルールブック」を掲載しています

☎環境衛生課 内線 144

	松永・宮川	遠敷	口名田・中名田	加斗	
1 (水)					1 (水)
2 (木)	燃やすごみ	燃やすごみ	ビン/缶・埋め立てほか		2 (木)
3 (金)	ビン/缶・埋め立てほか		燃やすごみ	燃やすごみ	3 (金)
4 (土)					4 (土)
5 (日)					5 (日)
6 (月)	燃やすごみ	燃やすごみ	その他プラ/その他紙	その他プラ/その他紙	6 (月)
7 (火)	その他プラ/その他紙	その他プラ/その他紙	燃やすごみ	燃やすごみ	7 (火)
8 (水)					8 (水)
9 (木)	燃やすごみ	燃やすごみ		ビン/缶・埋め立てほか	9 (木)
10 (金)		ビン/缶・埋め立てほか	燃やすごみ	燃やすごみ	10 (金)
11 (土)					11 (土)
12 (日)					12 (日)
13 (月)	燃やすごみ	燃やすごみ	その他プラ	その他プラ	13 (月)
14 (火)	その他プラ	その他プラ	燃やすごみ	燃やすごみ	14 (火)
15 (水)					15 (水)
16 (木)	燃やすごみ	燃やすごみ	缶・埋め立てほか		16 (木)
17 (金)	缶・埋め立てほか		燃やすごみ	燃やすごみ	17 (金)
18 (土)					18 (土)
19 (日)					19 (日)
20 (月)	燃やすごみ	燃やすごみ	その他プラ/その他紙	その他プラ/その他紙	20 (月)
21 (火)	その他プラ/その他紙	その他プラ/その他紙	燃やすごみ	燃やすごみ	21 (火)
22 (水)					22 (水)
23 (木)	燃やすごみ	燃やすごみ		缶・埋め立てほか	23 (木)
24 (金)		缶・埋め立てほか	燃やすごみ	燃やすごみ	24 (金)
25 (土)					25 (土)
26 (日)					26 (日)
27 (月)	燃やすごみ	燃やすごみ	その他プラ	その他プラ	27 (月)
28 (火)	その他プラ	その他プラ	燃やすごみ	燃やすごみ	28 (火)
29 (水)	新聞など		新聞など	新聞など	29 (水)
30 (木)	燃やすごみ	燃やすごみ/新聞など			30 (木)
31 (金)					31 (金)

- 缶・埋め立てほか…アルミ・スチール缶、金物、ペットボトル、有害、埋め立て
- 新聞など…新聞、雑誌、広告紙、段ボール

相談ごと

- 結婚相談 2日Ⓢ・16日Ⓢ 9時30分～11時30分
文化会館社会福祉課
- 児童相談 2日Ⓢ 10時～
児童家庭支援センター白梅☎56・5870 ※要予約
- 家庭教育相談 4日Ⓢ・18日Ⓢ 14時～
中央公民館☎53・1336
- 特設人権相談 5日Ⓢ・8日Ⓢ 14時～18時
働く婦人の家福井地方務局小浜支局☎52・0238
- 精神保健相談 7日Ⓢ・21日Ⓢ 9時30分～
県若狭健康福祉センター☎52・1300 ※要予約
- 心配ごと相談 8日Ⓢ 13時～16時
市社会福祉協議会☎56・5800
- 多重債務無料法律相談会 9日Ⓢ 9時30分～17時
嶺南消費生活センター☎52・7830
※弁護士または司法書士が相談に応じます
(予約した人が優先されます)
- 年金相談 15日Ⓢ 10時～16時
市役所4階入札室保険健康課
- 高齢者やその家族のための法律相談 16日Ⓢ 13時～
嶺南地域福祉相談・介護実習普及センター☎52・7833
- 身体障がい者相談 17日Ⓢ 13時～14時
杉田玄白記念公立小浜病院社会福祉課
- 行政相談 21日Ⓢ 13時～15時
市民サービスコーナー情報課
- 司法書士多重債務相談 22日Ⓢ 14時～16時
嶺南消費生活センター☎52・7830 ※要予約

お知らせ

- のびのび広場「ミュージックケア」2日Ⓢ
9時30分～ 子育て支援センター☎56・3386
※要予約
- なぎさ読書会 2日Ⓢ 13時30分～15時
市立図書館☎52・1042
- よんでよんでかみしばい 11日Ⓢ
①11時～11時30分 ②14時30分～15時
市立図書館
- 子育てWiFi広場 13日Ⓢ・27日Ⓢ
9時30分～16時 健康管理センター☎52・2222
- のびのび広場「12月お誕生会」16日Ⓢ 10時～
子育て支援センター 12月6日Ⓢから受け付け
- スクスク元気っ子教室（離乳食・子育て相談）
20日Ⓢ 10時～10時30分受付 健康管理センター
- 休日納付窓口開設（市税）26日Ⓢ 9時～17時
税務課
- 夜間納付窓口開設（市税）
28日Ⓢ 20時まで 税務課



今月の一品

チンゲン菜のミルク煮

御食国若狭おばま食文化館 ☎ 53・1000



作り方

- ① チンゲン菜は縦6等分に、エリンギは縦に薄切りにして、下ゆでする
- ② 鶏もも肉は、一口大に切る
- ③ ボウルにAを混ぜ合わせる
- ④ フライパンにごま油を熱し、鶏もも肉をいためる。むきエビと水・固形コンソメを入れ、肉に火が通るまで蒸し焼きにする
- ⑤ 肉に火が通ったら、コーンとエリンギを入れ、③を加える
- ⑥ 一煮立ちしたら水溶き片栗粉を入れてとろみをつける
- ⑦ 器にチンゲン菜を並べ、その中に⑥を盛り付ける

材料 〈5人分〉

チンゲン菜……………2株
 鶏もも肉……………360g
 むきエビ(冷凍)……………200g
 エリンギ……………100g
 コーン(粒)……………30g
 ごま油……………小さじ1

固形コンソメ……………½個
 水……………400cc
 A スキムミルク……………50g
 めるま湯……………100cc
 片栗粉・水……………各大さじ3

【休館日の案内】

☆市民サービスコーナー ☎ 52・7837

6日☉、13日☉、19日☉、20日☉、
23日☎、27日☉～31日☉

☆市立図書館 ☎ 52・1042

7日☎、14日☎、15日☎、19日☉、
21日☎、23日☎、28日☎～31日☉

☆若狭総合公園温水プール ☎ 53・0450

6日☉、13日☉、20日☉、24日☉～31日☉

【休日当番医の案内】

5日☉ しんたに医院 ☎ 53・1751
 12日☉ ★藤村クリニック ☎ 53・2471
 19日☉ 中山クリニック ☎ 56・5588
 23日☎ ★吉井医院 ☎ 52・0028
 26日☉ ★田中病院 ☎ 56・5353
 30日☎ 西津診療所 ☎ 52・1560
 31日☉ ★山手医院 ☎ 53・5511

★小児科ではない医院が休日当番医の場合、杉田玄白記念公立小浜病院で小児科医が休日診療を行います

広報おばま

No. 684

平成22年11月25日(木)発行

●発行

福井県小浜市

〒917-8585 小浜市大手町6番3号

●編集

企画部情報課

☎ 0770 (53) 1111 内線 373

●ホームページ

<http://www1.city.obama.fukui.jp/>

●電子メール

kouhou@ht.city.obama.fukui.jp

●印刷

若越印刷(株)小浜営業所

今月のひとりごと…

●今月の特集は「介護予防」。今回は「元気ハツラツ教室」と「ふれあいサロン」におじゃまさせてもらいました。思っていた以上に和やかな雰囲気、わたしも誘われて少し介護予防に参加してみました▶参加した取材というと、今月はもう一つ。フォトニュースに掲載した「自転車道の点検ライド」です。最近、自転車に凝っているわたしは喜んで参加。海浜小公園(小浜香取)から出発し、城山公園(高浜町)までのコースです。取材は楽しく大満足でしたが、翌日にはつらい筋肉痛が…(口)

●最近一段と寒くなり、朝はなかなか布団から出られないわたしですが、なんとか早起きして「魚のプロに教わる」の取材に出かけました▶水揚げされたばかりの魚が次々と競り落とされている中、な、なんとカニが…▶当日はちょうどカニの解禁日。おいしそうなカニがこちらをにらんでいるじゃありませんか▶食文化館での調理体験では、今度はわたしの大好きなアオリイカが…刺身で食べるとおいしそうですね!早速、その日の夕食にカニとイカが食卓に並ぶことは…ありませんでした(光)