

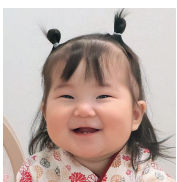
くぼ ゆいと  
**久保 結音** ちゃん  
令和7年6月16日生  
かわいいかわいい結音ちゃん  
♡毎日だいすきだよ♡



たけい ゆずき  
**武井 柚樹** ちゃん  
令和7年6月15日生  
我が家のアイドル!産まれて  
きてくれてありがとう!



やました いとな  
**山下 絃凧** ちゃん  
令和7年6月16日生  
健やか賑やかニコニコいとちゃ  
ん。幸せいっぱいありがとう。



しげまつ みこと  
**重松 美琴** ちゃん  
令和7年6月4日生  
美琴のペースで大きくなって  
ね♪



にいやま ひより  
**新山 燈頼** ちゃん  
令和7年6月8日生  
笑顔が可愛いひより。毎日た  
くさんの幸せをありがとう



8月で1歳になる  
お子さん募集  
\*先着5人

背景が明るい写真をメールで送信(本文に下の必要事項を入力)してください。

- ▶募集期間 6月1日@~30日@
- ▶必要事項 ①お子さんの氏名 ②フリガナ ③生年月日 ④メッセージ(25文字程度) ⑤保護者の氏名 ⑥住所 ⑦電話番号



## しらすの香寄せ



- 材料● (2人分) 【エネルギー52kcal (1人当たり)】
- |         |      |     |      |
|---------|------|-----|------|
| かまあげしらす | 5.3g | だし汁 | 1カップ |
| わかめ(乾)  | 0.3g | 酢   | 小さじ1 |
| かにかまぼこ  | 13g  | 砂糖  | 小さじ2 |
| 卵       | 1/3個 | 白味噌 | 小さじ2 |
| サラダ油    | 少々   | 酒   | 小さじ2 |
| 粉寒天     | 1.3g |     |      |
- ※ わかめ(乾)は水で戻すと約10倍に戻ります。

### ●作り方●

- わかめは水で戻し、さっとゆがいて食べやすく切る。
- 卵は油を薄くひいたフライパンで薄焼きにして、3mm幅の2cm長さに細かく切る。
- かにかまぼこは、ほぐしておく。
- だし汁に粉寒天を加え、2分間沸騰させる。
- 器にしらす、1、2、3を入れ、4を注ぎ冷やし固める。
- 固まったら型からはずし、皿に移して、合わせたAを周りに流し添える。

Point 具材を季節に合わせて変えると、通年楽しめる逸品になります。これからの季節は、食べる直前まで冷やしておくのがおすすめです。

# オトナの健康



●健康課健康増進係で健康相談ができます。

事業名	月日	時間	場所	内容
総合健診	6月8日(月)	9時~10時	恵久美集会所	健康診査、特定健康診査、後期高齢者健康診査、がん検診など ※ 事前申し込みは、下のQRコードから
	6月9日(火)	8時~11時30分	福祉センター	
	6月16日(火)	9時~11時30分	北公民館	
	6月19日(金)	9時~10時	徳丸集会所	
	6月22日(月)	8時30分~10時30分	出作集会所	
	6月23日(火)	9時~10時	西古泉公民館	
	6月26日(金)	8時~11時30分	福祉センター	
個別栄養相談	6月10日(水)	9時~12時	福祉センター2階	糖尿病などの食事指導と相談(1人1時間)
	6月26日(金)	13時~16時		
デイケア(精神保健)	6月5日(金)	10時~11時30分	福祉センター2階	レクリエーション、創作活動や座談会など
	6月5日(金)	13時30分~16時30分		
	6月15日(月)	13時~16時		
こころの健康相談	6月15日(月)	13時~16時	福祉センター2階	専門員による個別相談(1人1時間)
	6月30日(火)	9時~12時		



福祉課 庁舎1階  
地域包括支援センター係  
community general support center

☎985-4205  
FAX 985-4206

高齢者に関する相談などは、地域包括支援センター係まで。

## 成年後見制度を知っていますか?

成年後見制度とは認知症や障がいなどによって、ものごとを判断する能力が十分でない人の権利や財産を守り、意思決定を支援する身近な仕組みです。

法定後見制度はすでに判断能力が不十分になっている本人に代わって、成年後見人などが財産の管理や施設入所の契約など法律行為を行い、本人の生活を支援する制度です。制度を利用する具体的なケースとして、

- ・認知症や障がいにより預貯金の管理が難しくなった。
- ・認知症の本人の施設利用料や生活費を賄うために、本人名義の株や不動産を売却したい。
- ・使うことのない高価な健康器具や食品をよくわからないまま大量に買ってしまふ。

・親が亡くなった後の障がいのある子どもの将来が心配。などがあります。

全てのケースで成年後見制度が有効な手段とは限らないため、制度を利用するかどうかは慎重に判断する必要があります。

成年後見制度の申立てについて疑問がある場合は、弁護士や司法書士などの法律分野の専門家や松前町成年後見制度中核機関(福祉課内)にご相談ください。

