

『回覧』

町内会だより 12号 2018.3.19

(町内会の理念:地域活動+福祉+親睦+環境) 南本町町内会

お願い:町内会の回覧は(1ヵ月以上かかることもあります)すみやかに次の家に届けてください!!

南本町町内会第4回役員会

平成30年度定期総会の議案を中心に審議しました!

議題1 総会業務関係

1. 平成29年度事業報告、会計決算報告
2. 町内会会則の一部追加・改正について

少子高齢化の時代、町内会活動を活性化するために役員の果たす役割が大切になることから、ボランティア以上の役割を期待して役員活動費を支給する。

3. 除雪ボランティアに贈る町内会からのお礼の考え方

現在、3,000円のお礼で予算計上を行ってきたが、平成30年度定期総会での予算計上で専従除雪ボランティア(1軒当たり)5,000円、従属除雪ボランティア3,000円とする。尚、専従、従属の判断は役員会で行う。

4. 平成30年度事業計画案、予算案

議題2 総会準備

1. 開催日・場所

平成30年度定期総会開催日時と場所

平成30年4月14日(土) 10時30分～

本町振興会館集会室

※準備の都合もありますので後日出席者の取りまとめを行います。

2. 懇親会準備

議題3 南本町町内会創立50周年記念祝賀会の開催の概要について

町内会会員内輪で実施する方向で祝賀会を考える。

1. 開催予定日 2019年4月6日(土)定期総会と合わせて行う
2. 開催場所 本町振興会館
3. 記念品 全会員に贈る カステラ?など
4. ご存命元会長に記念品贈呈
5. 85歳以上の会員に対するお祝い記念品贈呈
 - (1) 長寿会員へのお祝いを会則に加える。
 - (2) 次年度から85歳になった会員に敬老の日のお祝い記念品を贈る。
6. 南本町町内会記念誌作成

簡単な町内会のあゆみ的な記念誌を作成する。

【今後の予定】(総会を除く)

1. 決算監査 3月27日
2. 本町振興会館清掃当番 4月15日(日曜日)午前9時から午前10時
2. 第1回役員会 4月21日(土)17:00～
4. 環境整備の日 4月22日(日曜日)午前9時から午前10時
5. 観桜会 5月20日(日曜日) 遠出しなくて本町振興会館で行う?

健康寿命を伸ばそう！

健やかな日常を過ごすために体を動かすことと食生活を見直しませんか！

☆クレソンはすごい野菜だった☆

健康に良い免疫力を高める食べ物 クレソン

薬効：消化促進 高血圧 風邪の予防 口臭防止 クレソンは、わさびなどと同じように、清流を好むアブラナ科の水生植物です。ヨーロッパが原産で、明治の初期に日本に渡来了ました。

昔は、日本の食卓にはあまりなじみのある野菜ではありませんでしたが、近年は、手軽に買えるようになり、広く普及しました。

これは従来野生のものしかなかったものを栽培して、大量に生産できるようになったためです。さわやかな香りと、淡い辛味が特徴でほろ苦さが魅力的です。

辛味と苦味のもとは、わさびなどと同じく含まれているシニグリンです。

健康にも美容にも良いクレソン！ カルシウム、鉄分、ビタミンA（カロチン）、ビタミンCなどが多く含まれ、なかでもビタミンCの含有量は豊富で、常食すれば健康にも美容にも、大変役立つでしょう。

クレソンの効能 クレソンがステーキなどに添えられるのは、彩りのためだけではありません。

クレソンは、肉や魚を食べたとき、たんぱく質や脂肪が過剰になるのを防ぎ、消化を助けてくれます。特に、肉料理の多い家庭では、できるだけ摂りたい野菜です。色々なサラダに混ぜたり、ゆでてゴマ和えやおひたしにすると良いでしょう。みそ汁やスープに加えるのも悪くありません。中国では身体の熱をとる効果があるとされ、夏バテ対策に西洋菜湯というクレソンのスープを食べるといいます。クレソンは、ビタミン不足の解消に効果的ですから、軽い高血圧の方、ヘビースモーカーの方におススメです。

活力がない方、風邪を引きやすい方にも、クレソンに含まれる**ビタミンA**とCが効果的な健康野菜です。



クレソンとマグロのサラダ



クレソンのサラダ



クレソンの胡麻和え



2月19日、中島にある七飯町の湧水池に自生している、クレソンを採取、発泡トレイで育てて1ヶ月経ちました。肥料をやらないで水だけで育てておりますが大きくなりました。まだまだ食べることはできませんが、これから液肥をやって育てようかと思っています。今後も生育の過程を報告していきます。



平成30年度定期総会のご案内

時：平成30年4月14日(土曜日)午前10時30分～ 場所：本町振興会館集会室



本町振興会館清掃当番 1時間程度で終了します！

時：平成30年4月15日(日曜日)午前9時集合 場所：本町振興会館集会室

道の駅なないろ・ななえグランドオープン



☆プレオープン☆

平成30年3月20日(火) 10時～14時

町民限定で販売等を行います。

☆グランドオープン☆

平成30年3月23日(金) 10時～18時

いよいよオープン町外から来るお客様だけの施設ではありません。町民の憩いの場としてみんなで利用・応援して行きましょう！

七飯町健康センター「アップル温泉」臨時休業



3月11日から七飯町健康センター「アップル温泉」のポンプ故障のため臨時休業しております。

営業再開は日時が決まり次第お知らせいたします。

第13回赤松こも外し体験会

3月17日(土)午前10時から七飯町季節の風物詩、赤松こも外し体験会に二人の孫と一緒に参加しました。

75人が参加して「赤松街道を愛する会」寺沢会長の挨拶に始まり中宮町長の来賓あいさつの後こも外し体験会を行いました。こも巻きは、冬季の樹皮の裂け目や暖かいこもの中で幼虫期を過ごす害虫駆除が目的で、春先にこもを外します。

赤松街道を愛する会では「次の世代に残したい北海道の宝物 北海道遺産」に登録するため申請しております。

ちょっと風が冷たかったのですが、元気にこども達も体験して午前中に終了しました。

江戸末期の安政5年(1858)に当時の箱館奉行組頭、栗本瀬兵衛が佐渡から赤松の種子を取り寄せ大きくなった苗は五稜郭周辺に植樹されました。

その後、明治9年(1876)に明治天皇が七重勲業課試験場に行幸されたのを記念して相当数が札幌本道(国道5号線)沿いに移植されました。

これが赤松並木の始まりです。

昭和61年に「日本の道百選」に選ばれ、平成2年には道の日の愛称募集で「赤松街道」と名付けられています。

平成8年には、歴史上重要な幹線道路として利用され、歴史的・文化的価値を持つ道路であることを示す「歴史国道」にも併せて選定されました。

赤松街道は函館市桔梗町～七飯町字峠下までの14.3kmですが、現在のような保護が行われる前の開発により数が少なくなり、保存されている樹木数が多く最も美しいのは七飯町の大中山から鳴川町までの約2kmの区間となっています。



町内会資源回収日は毎月1日に実施します!!

『捨てればごみ、分ければ資源』資源回収は町内会の活動財源になります!!

4月の町内会資源回収日4月1日(日曜日)