



ことしは規模を縮小して開催します。これまでの出品者による新作を展示するため、作品の一般募集やかかし作り教室は行いません。詳細は、中新田かかしまつり実行委員(廣田 ☎231・5329)へお問い合わせください。

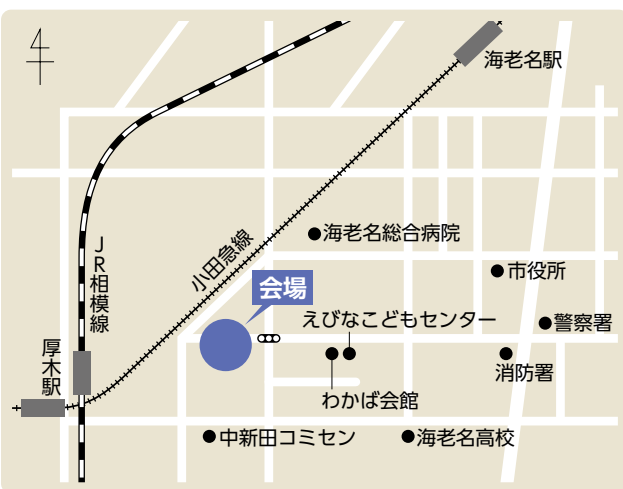
期9月4日(土)〜20日(月)(祝)(初日は12時から、最終日は12時まで) 場中新田コミセン北側の田んぼ 他駐車場はありません

第29回 中新田かかしまつり

園農政課 ☎(235)8539



小田急線・JR相模線「厚木駅」から徒歩約7分
小田急線「海老名駅」から徒歩約20分



EBI-LOG エビ・ログ

こんなことがありました



増築校舎に思い出を 6年生が工事現場を見学

来年2月完成予定の今泉小学校増築校舎。短期間の学び舎となる小学校6年生が工事現場を見学し、コンクリートに絵などを描く特別授業を楽しみました。



7/16

平和を願って 戦争を語り継ぐパネル展

市役所で、戦時品や原爆に関するパネルの展示を行いました。戦争の恐ろしさを伝える貴重な資料に、多くの来庁者が足を止めました。



8/2

食生活改善推進員

生活習慣病予防食の普及や、小学校の食育講座、栄養価を考慮したレシピ作りなどを行っています。野菜を使った手作りおやつで、食を通じた健康づくりにチャレンジしてみましょう。

カボチャとブロッコリーのケーキサレ

材料(10切れ分)／1切れ111kcal

ホットケーキミックス	150g	カボチャ	50g
卵(L)	1個	ブロッコリー	50g
牛乳	100cc	赤パプリカ	30g
サラダ油	大さじ2	クリームチーズ	30g

作り方

- ① カボチャとブロッコリーを5mm角に切り、耐熱容器に入れる。ラップをして電子レンジ(600W)で2分温め、粗熱をとる。クリームチーズを5mm角に切り、赤パプリカを粗みじん切りにして水気を切る。
- ② ボウルに卵を割ってほぐし、牛乳を加えて泡だて器よく混ぜる。さらにサラダ油を加えて混ぜる。
- ③ ②にホットケーキミックスと①を加えてゴムベラでさっくりと混ぜる。混ぜ過ぎると生地が固くなるので注意。



- ④ ケーキ用敷き紙を敷いた型に③を流し入れ、180度に温めておいたオーブンで40分間焼く。
- ⑤ 竹串を刺して生地が付かなければ焼き上がり。型から外して冷ます。

健康えびな普及員

地域で体力測定会や体操教室、ウォーキングイベントなど、市民の健康維持・増進を広める活動をしています。



健康度見える化コーナーで補助やアドバイス

市役所エントランスホールに設置している未病センターえびなの「健康度見える化コーナー」

で、週2回、測定支援やアドバイスをしています。血圧や血管年齢、骨健康度などの測定を通じて、自身の体の状態を知ることや、健康管理の普及に努めています。「健康度見える化コーナー」は、状況により閉鎖している場合があります。



ロコモティブシンドローム(運動器症候群)予防のオリジナル体操



えびなロコモ体操動画

「海老名のびのび体操」「えびなロコモ体操」など、楽しく心と体をリフレッシュできるオリジナルの体操を考案しています。自宅でも気軽に健康づくりに取り組めるように、動画を制作しました。

食と健康

地域で活動 しませんか



健康づくりの普及活動を行う「食生活改善推進団体えびな会」と「健康えびな普及員会」の会員を募集します。入会には「えびな健康づくり講座」の受講が必要です。地域と一緒に活動しませんか。

園健康推進課 ☎(235)7880

えびな健康づくり講座

食生活改善推進員コース

〈全10回〉

健康的な食生活に関する講義・調理実習など費500円(教材費など)、調理実習代400円×4回(材料費)

健康えびな普及員コース

〈全10回〉

健康に関する講義・健康体力測定の方法・運動実習など費500円(教材費など)、調理実習代400円×1回(材料費)

※共通事項

10月～令和4年2月市内在住のおおむね20歳～69歳で、修了後に会員として活動できる方各コース先着20人8月16日(月)から、電話で健康推進課へ。9月15日(水)締め切り