







的確に鹿肉を捌く



子育てとの両立でジビエ料理の普及に努める

ワークショップの主宰者 平岡祐子さん（34）が、国規模の大会やコンクールで優秀な成績を修めた市民や団体に贈られるもので、料理分野での受賞は今回が初となる。受賞理由は、昨年秋、一般社団法人日本ジビエ振興協会主催の「第4回ジビエ料理コンテスト」で実質的な全国一位の農林水産大臣賞に輝いたことを受けたことによる。

受賞したレシピは、シンプル開発にあたっては、誰でもおいしく、特別な道具がなくても簡単にスビディーに作れるようにと考えた。

ジビエとは、天然の野

生鳥獣の食肉を意味する

フランス語で、ヨーロッ

パでは貴族の伝統料理と

して古くから発展してき

た食文化。脂肪が少なく

引き締まり、栄養価も高

いのがジビエ料理の特

徴。

平岡さんがジビエ料理

的確に鹿肉を捌く

る平岡さん。

植林地の放置や広葉樹

の豊かさを守っていると言える。

シカ肉料理教室・発酵料理コンテストで優秀な成績を修めた市民や団体に贈られるもので、料理分野での受賞は今回が初となる。受賞理由は、昨年秋、一般社団法人日本ジビエ振興協会主催の「第4回ジビエ料理コンテスト」で実質的な全国一位の農林水産大臣賞に輝いたことを受けたことによる。

受賞したレシピは、シ

カ肉をゴマ風味のタレと

混ぜ合わせた「棒棒鹿

（ばんばんろく）」。レ

シビ開発にあたっては、

誰でもおいしく、特別な

道具がなくても簡単にス

ビディーに作れるよう

にと考えた。

ジビエとは、天然の野

生鳥獣の食肉を意味する

フランス語で、ヨーロッ

パでは貴族の伝統料理と

して古くから発展してき

た食文化。脂肪が少なく

引き締まり、栄養価も高

いのがジビエ料理の特

徴。

平岡さんがジビエ料理

的確に鹿肉を捌く

る平岡さん。

植林地の放置や広葉樹

の豊かさを守っていると言える。



兵庫県の山中にて



農林水産大臣賞を受賞した「棒棒鹿」

## SDGsって何？

例えば、世界では「一日に100

平方メートルもの海がゴミで埋め

尽くされていると言われている。

まちを綺麗に！ということでゴミ

ミ拾いという枠を越えて、海や川

の豊かさを守っていると言える。

こうした、資源やごみのリサイク

ルの問題と、海洋汚染など海の豊

かさがつながっているように、

SDGsは、子どもの貧困、飢餓、

働きがいや、経済成長、気候変動

など、21世紀の世界が抱える課題

を括的に挙げて、全ての地球課

題はつながっているという考え

方。一般社団法人SDGs事業推

進機構理事の大橋智洋さんは、「枚

方市でもSDGsのバッジをつけ

たり看板をつけたりされる方を見

るようになってきましたが、

SDGsを理解するのにお勧めな

のが「カードゲーム」です」と話す。

カードゲームは「2030 SDGs カードゲーム」です」と話す。

SDGsカード 地方創生カード

SDGsって何？

例えば、世界では「一日に100

平方メートルもの海がゴミで埋め

尽くされていると言われている。

まちを綺麗に！という枠を越えて、海や川

の豊かさを守っていると言える。

こうした、資源やごみのリサイク

ルの問題と、海洋汚染など海の豊

かさがつながっているように、

SDGsは、子どもの貧困、飢餓、

働きがいや、経済成長、気候変動

など、21世紀の世界が抱える課題

を括的に挙げて、全ての地球課

題はつながっているという考え

方。一般社団法人SDGs事業推

進機構理事の大橋智洋さんは、「枚

方市でもSDGsのバッジをつけ

たり看板をつけたりされる方を見

るようになってきましたが、

SDGsを理解するのにお勧めな

のが「カードゲーム」です」と話す。

カードゲームは「2030 SDGs カードゲーム」です」と話す。

SDGsカード 地方創生カード

SDGsって何？

例えば、世界では「一日に100

平方メートルもの海がゴミで埋め

尽くされていると言われている。

まちを綺麗に！という枠を越えて、海や川

の豊かさを守っていると言える。

こうした、資源やごみのリサイク

ルの問題と、海洋汚染など海の豊

かさがつながっているように、

SDGsは、子どもの貧困、飢餓、

働きがいや、経済成長、気候変動

など、21世紀の世界が抱える課題

を括的に挙げて、全ての地球課

題はつながっているという考え

方。一般社団法人SDGs事業推

進機構理事の大橋智洋さんは、「枚

方市でもSDGsのバッジをつけ

たり看板をつけたりされる方を見

るようになってきましたが、

SDGsを理解するのにお勧めな

のが「カードゲーム」です」と話す。

カードゲームは「2030 SDGs カードゲーム」です」と話す。

SDGsカード 地方創生カード

SDGsって何？

例えば、世界では「一日に100

平方メートルもの海がゴミで埋め

尽くされていると言われている。

まちを綺麗に！という枠を越えて、海や川

の豊かさを守っていると言える。

こうした、資源やごみのリサイク

ルの問題と、海洋汚染など海の豊

かさがつながっているように、

SDGsは、子どもの貧困、飢餓、

働きがいや、経済成長、気候変動

など、21世紀の世界が抱える課題

を括的に挙げて、全ての地球課

題はつながっているという考え

方。一般社団法人SDGs事業推

進機構理事の大橋智洋さんは、「枚

方市でもSDGsのバッジをつけ

たり看板をつけたりされる方を見

るようになってきましたが、

SDGsを理解するのにお勧めな

のが「カードゲーム」です」と話す。

カードゲームは「2030 SDGs カードゲーム」です」と話す。

SDGsカード 地方創生カード

SDGsって何？

例えば、世界では「一日に100

平方メートルもの海がゴミで埋め

尽くされていると言われている。

まちを綺麗に！という枠を越えて、海や川

の豊かさを守っていると言える。

こうした、資源やごみのリサイク

ルの問題と、海洋汚染など海の豊

かさがつながっているように、

SDGsは、子どもの貧困、飢餓、

働きがいや、経済成長、気候変動

など、21世紀の世界が抱える課題

を括的に挙げて、全ての地球課

題はつながっているという考え

方。一般社団法人SDGs事業推

進機構理事の大橋智洋さんは、「枚

方市でもSDGsのバッジをつけ

たり看板をつけたりされる方を見

るようになってきましたが、

SDGsを理解するのにお勧めな

のが「カードゲーム」です」と話す。

カードゲームは「2030 SDGs カードゲーム」です」と話す。

SDGsカード 地方創生カード

SDGsって何？

例えば、世界では「一日に100

平方メートルもの海がゴミで埋め

尽くされていると言われている。

</



ホースで消火訓練をする職員

給湯室前  
2月3日、枚方市役所別館3階の給湯室からの出火を想定した初期消火訓練があった。訓練は、給湯室前の農業事務局職員の嶋田克則さんの「火事だあ！」の大聲を合図に始まった。隣の文化振興課との連携で119番通報、消火器や室内消火栓を実際に使用訓練が行われた。

訓練の実施は、防火管理者の義務であり責務。今後も綿密な事前計画準備を整えて、定期的に各訓練を実施しなければならぬ。

## ボディ&ソウル

### 第三回「心身一如」~薬を飲ませてもらえなかつた薬屋の娘が語る~

アレルギーとは過敏体質 「過敏体質」とは、色々な変化・刺激に過敏に反応するということ。鼻の症状に悩んでいる人は、鼻粘膜が弱く過敏になっていて花粉、温度差、におい、ほこりに反応してしまうのです。

★口であれば、口内炎ができやすい。★気管支であれば、咳が出やすい。  
★腸であれば、下痢しやすい。★膀胱であれば、無菌性膀胱炎になりやすい…など。

**お客様の声** (48歳 男性) 飲食業のため深夜まで仕事をしていて食事も不規則。一年中アレルギー性鼻炎で鼻水とくしゃみが多い。頭皮がかゆく胃のむかつきもある。鼻水とくしゃみを治すために漢方を飲み始めたが、鼻だけでなく頭皮の痒みや胃のむかつきも楽になった。

20年前位に、認知症の母は介護をしていました。気丈で体の丈夫な人でした。私は電話をよこすのは、「親の私をあて忙しい私を思い、祖母が母の介護をしていました。

子は忘れている情けない」と泣きながらかけてくるときだけだった。そんなある日母が倒れ気がつく事はないと言わられ、飛行機で妹と子供を連れて逢いに行つた。認知症は年2回以上の消火・避難法で規定されている。特に劇場、百貨店など不特定多数の人が出入りする場所は、消防隊が到着するまで訓練の実施が義務づけられ、消防隊が到着するまでに、自衛消防隊活動を迅速的確に実践することによって火災による被害を最小限に抑えられる。

市役所内での訓練には職員、市民合わせて14人が参加した。消防訓練の実施は、防火管理者の義務であり責務。今後も綿密な事前計画準備を立て、定期的に各訓練を実施しなければならぬ。

こころと体のコンサルタント・伽羅亜栗  
こころからだバランス研究所 大阪市浪速区日本橋3-4-9-2004  
TEL/FAX 06-4393-8375 mail:info@cocolo.org https://peercaresmile.wixsite.com/main

## くしゃみ・鼻水・鼻づまりはおまかせください。

アレルギーとは過敏体質 「過敏体質」とは、色々な変化・刺激に過敏に反応するということ。鼻の症状に悩んでいる人は、鼻粘膜が弱く過敏になっていて花粉、温度差、におい、ほこりに反応してしまうのです。

★口であれば、口内炎ができやすい。★気管支であれば、咳が出やすい。  
★腸であれば、下痢しやすい。★膀胱であれば、無菌性膀胱炎になりやすい…など。

**お客様の声** (48歳 男性) 飲食業のため深夜まで仕事をしていて食事も不規則。一年中アレルギー性鼻炎で鼻水とくしゃみが多い。頭皮がかゆく胃のむかつきもある。鼻水とくしゃみを治すために漢方を飲み始めたが、鼻だけでなく頭皮の痒みや胃のむかつきも楽になった。

健康セレクトショップ ヘルシーBOX 立石薬店  
TEL FAX 0120-868-203  
守口市 立石薬店 検索  
f LINE Instagram  
守口市藤田町5丁目4-3(大和田駅下車徒歩6分) 営業時間/AM10:00~PM7:00 土曜日 AM10:00~PM4:00 日曜日・祝日休み

## 西川クリニック便り

### 『高年初産婦について』

厚生労働省では、毎年3月1日から3月8日までを「女性の健康週間」と定め、女性の健康づくりを国民運動として展開しています。女性の社会進出も進み、晚婚・晚産化の時代となっている今、メディアでは芸能人の高齢出産のニュースを目にすることも増えました。しかしいくら芸能人の方が高齢で無事に妊娠出産されたとしても、ご自身も同じようにいくと思うことは危険です。お金があれば幾つになっても出産ができるとも言えません。女性が自らの健康に目を向け、自らが健康づくりを実践できるよう支援する「女性の健康週間」…今回のお話は高年初産婦についてです。

日本産婦人科学会によると高年初産婦とは、35歳以上の初産婦と定義されています。女性が妊娠し出産する能力は、10代後半から30代前半までが妊娠と出産の能力の最盛期であり、30代後半以降は卵子や子宮の妊娠能力の低下によりだんだんと減っていき、40代後半になると著しく低下、50歳以上ではほぼゼロに近くなります。

年齢が高くなるほど卵子が老化し、受精卵の染色体異常が増加するため、ダウン症などの発生率が高くなります。妊娠高血圧症候群をはじめ、妊娠糖尿病のリスクも高くなり、妊娠前から太りすぎだった場合は、それらのリスクが増加します。前置胎盤や胎盤早期剥離などの合併症、子宮筋腫や卵巣腫瘍などの婦人科合併症も増えます。また、過度に瘦せている妊婦さんから生まれてくる赤ちゃんは低出生体重児であることが多いです。

高齢分娩の場合は、産道や子宮口が硬くなっているため難産になりやすく、分娩時出血量の増加、帝王切開率の上昇、流産早産の増加なども挙げられています。妊娠22週以降の胎児死亡や生後1ヶ月以内の新生児死亡などの周産期死亡率も上昇するなど、母体や産まれてくる子にもリスクがあることを知っておきましょう。

## 医療法人 西恵会 西川婦人科クリニック

大阪市中央区備後町4丁目1番3号 御堂筋三井ビル1階  
【診療科目】[婦人科] 不妊症外来、流産・不育症外来、更年期外来、超音波外来、体外受精・顕微授精外来、びらん・ガム外来、一般婦人科、婦人科ドック、プライダルチェック  
[内科] 一般内科、健診〔放射線科〕一般撮影、各種透視

TEL.06-6201-0317(代) http://www.nishikawa.or.jp

## 職場で消防訓練していきますか?

本型経営は時  
代遅れだ。し  
かし良かつた面も多々  
あつた。代表的な点を三  
つ挙げる①家族主義  
②顧客第主義③品質重  
視の改善活動だ▼①は  
「この会社に付いて行け  
ば、暮らしも豊かになり  
幸せになる」という意  
識がやる気を高めた。お  
客様に認めて頂いて初

2月3日、枚方市役所

別館3階の給湯室からの出火を想定した初期消火訓練があつた。

訓練は、給湯室前の農業事務局職員の嶋田克則さんの「火事だあ！」の大聲を合図に始まった。隣の文化振興課との連携で119番通報、消火器や室内消火栓を実際に使用訓練が行われた。



東大寺の池を守る

電通大環境学科の学生 10人が、2月2日(日)、世界遺産・東大寺にある鏡池で浚渫※作業にともに協力をした。

この池には、奈良県指定天然記念物の「ワタカ」が生息している。学生たちは池の生き物を丁寧にすくい上げ、バケツリ

移された。

東大寺の防火用水の役割もある鏡池の浚渫は40cm程堆積していた。環境学科の学生たちは寒中に重な1匹は学生達の手で、東大寺内の別の池に

10年ぶりとあって、泥は30cm程堆積していた。環境学科の学生たちは寒中に重な1匹は学生達の手で、東大寺内の別の池に

なれば、当日の様子はTV放映され、お茶の間で多くの人の目を楽しませた。

なれば、当日の様子はTV放映され、お茶の間で多くの人の目を楽しませた。

世界遺産である東大寺境内の環境向上に貢献する一日となつた。

世界遺産である東大寺境内の環境向上に貢献する一日となつた。



東大寺の池を守る

電通大環境学科の学生 10人が、2月2日(日)、世界遺産・東大寺にある鏡池で浚渫※作業にともに協力をした。

この池には、奈良県指定天然記念物の「ワタカ」が生息している。学生たちは池の生き物を丁寧にすくい上げ、バケツリ

移された。

東大寺の防火用水の役割もある鏡池の浚渫は40cm程堆積していた。環境学科の学生たちは寒中に重な1匹は学生達の手で、東大寺内の別の池に

10年ぶりとあって、泥は30cm程堆積していた。環境学科の学生たちは寒中に重な1匹は学生達の手で、東大寺内の別の池に

なれば、当日の様子はTV放映され、お茶の間で多くの人の目を楽しませた。

なれば、当日の様子はTV放映され、お茶の間で多くの人の目を楽しませた。

世界遺産である東大寺境内の環境向上に貢献する一日となつた。

世界遺産である東大寺境内の環境向上に貢献する一日となつた。

## 世界遺産の池を生態系調査

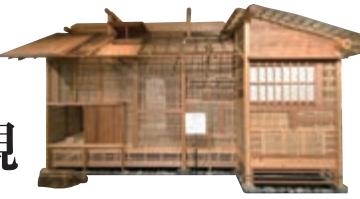
— 寝屋川市 —



腰まで池につかって大奮闘

【大阪市】

## 数寄屋建築の粹 茶室を实物大模型で再現



この取り組みは、一般財

士とともに地球を

か月間、若田光一

宇治市長・副市長・教育

長、高知県仁淀川町教育

次長らが見

守る中、山崎

直子宇宙飛行

士(ワントー

ス顧問)からの

メッセージに続

け、市立三井小学

校6年生がテーマ

曲「きぼうの桜」

を合唱し、苗木の

植樹が行われた。

この苗木は、高

知県仁淀川町の樹

齢約500年とさ

れる巨木「ひょうた

ん桜」の種から育て

られた木の枝を接木した

もので、この種は、「

きぼう」へ運ばれ、約8

か月間、若田光一

宇治市長・副市長・教育

長、高知県仁淀川町教育

次長らが見

守る中、山崎

直子宇宙飛行

士(ワントー

ス顧問)からの

メッセージに続

け、市立三井小学

校6年生がテーマ

曲「きぼうの桜」

を合唱し、苗木の

植樹が行われた。

この苗木は、高

知県仁淀川町の樹

齢約500年とさ

れる巨木「ひょうた

ん桜」の種から育て

られた木の枝を接木した

もので、この種は、「

きぼう」へ運ばれ、約8

か月間、若田光一

宇治市長・副市長・教育

長、高知県仁淀川町教育

次長らが見

守る中、山崎

直子宇宙飛行

士(ワントー

ス顧問)からの

メッセージに続

け、市立三井小学

校6年生がテーマ

曲「きぼうの桜」

を合唱し、苗木の

植樹が行われた。

この苗木は、高

知県仁淀川町の樹

齢約500年とさ

れる巨木「ひょうた

ん桜」の種から育て

られた木の枝を接木した

もので、この種は、「

きぼう」へ運ばれ、約8

か月間、若田光一

宇治市長・副市長・教育

長、高知県仁淀川町教育

次長らが見

守る中、山崎

直子宇宙飛行

士(ワントー

ス顧問)からの

メッセージに続

け、市立三井小学

校6年生がテーマ

曲「きぼうの桜」

を合唱し、苗木の

植樹が行われた。

この苗木は、高

知県仁淀川町の樹

齢約500年とさ

れる巨木「ひょうた

ん桜」の種から育て

られた木の枝を接木した

もので、この種は、「

きぼう」へ運ばれ、約8

か月間、若田光一

宇治市長・副市長・教育

長、高知県仁淀川町教育

次長らが見

守る中、山崎

直子宇宙飛行

士(ワントー

ス顧問)からの

メッセージに続

け、市立三井小学

校6年生がテーマ

曲「きぼうの桜」

を合唱し、苗木の

植樹が行われた。

この苗木は、高

知県仁淀川町の樹

齢約500年とさ

れる巨木「ひょうた

ん桜」の種から育て

られた木の枝を接木した

もので、この種は、「

きぼう」へ運ばれ、約8

か月間、若田光一

宇治市長・副市長・教育

長、高知県仁淀川町教育

次長らが見

守る中、山崎

直子宇宙飛行

士(ワントー

ス顧問)からの

メッセージに続

け、市立三井小学

校6年生がテーマ

曲「きぼうの桜」

を合唱し、苗木の

植樹が行われた。

この苗木は、高

知県仁淀川町の樹

齢約500年とさ

れる巨木「ひょうた

ん桜」の種から育て

られた木の枝を接木した

もので、この種は、「

きぼう」へ運ばれ、約8

か月間、若田光一

宇治市長・副市長・教育

長、高知県仁淀川町教育

次長らが見

守る中、山崎





