



▲ ホームページ

**金沢駐屯地創立記念行事を
見学しませんか？**

陸上自衛隊金沢駐屯地創立75周年
記念行事の見学者を募集します。

▼ **とき** 5月18日(日)
8時～16時30分頃

▼ **ところ** 陸上自衛隊金沢駐屯地
※時間調整のため1時間程度の市内
観光を含む

▼ **対象** 市内在住者
※小学生以下は保護者同伴

▼ **参加費** 5000円
※未就学児無料
※昼食は各自でご用意ください
(現地で購入可能)

▼ **定員** 40人
※応募者多数の場合は抽選

▼ **申込み** 【期限】4月18日(金)
往復はがきまたは二次元
コードからお申し込みくだ
さい。詳しくは、市のホーム
ページをご覧ください。

▼ **問合せ**
(総務課内)
あわら市自衛隊協力会事務局
☎73-8040



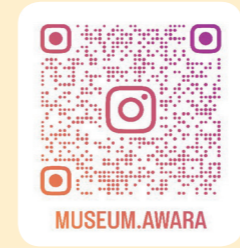
郷土歴史資料館 だより



**郷土歴史資料館の公式Instagramが
始まりました！**

幅広い層にあわら市の歴史に触れてもらうため、公式Instagramを開始しました！
市が誇る文化財や市内の歴史的スポットなどを“映え”写真で紹介し、楽しく簡単に「あわら市の歴史を知る」ことができるものとなっています！
あわら市に住んでいる人でも知らないような情報の発信、さらにプレゼントキャンペーンも予定していますので、ぜひフォローをお願いします！

名前 あわら市郷土歴史資料館 | あわらを知る。
ユーザーネーム @museum.awara



▲ Instagram

**ミニ展示
「桑野遺跡石製アクセサリーの組み合わせ」開催**

国の重要文化財である桑野遺跡から出土した縄文時代の石製アクセサリー 85点は、ほとんどが狭い範囲に集中して掘られた24基の墓穴から発見されました。
本展示では、多数のけつ状耳飾と、それ以外のアクセサリーのうち、同じ墓穴から出土したものを選び、その組み合わせから用途などをひも解きます。

とき 4月12日(土)～5月11日(日)
ところ 郷土歴史資料館 特別展示室
入場料 無料



▲ 桑野遺跡 18号墓穴石製アクセサリー発見状況

郷土歴史資料館 (金津本陣 IKOSSA 2階)
休館日 月曜日・第4木曜日 (祝日の場合はその翌日)

開館時間 9時30分～18時 (最終入館17時30分)
問合せ ☎73-5158 FAX 73-1038 ✉maibun@city.awara.lg.jp

令和7年度こころの相談日程

「病院にはちょっと行きづらい」、「今の悩みや不安を誰かに相談したい」、「アライラ・頭や体がすっきりしない」、「眠れない」こんなときは気軽にご相談ください。
臨床心理士がお話を伺います。

▼ **日程**

4月15日	5月20日
6月17日	7月15日
8月19日	9月16日
10月21日	11月18日
12月16日	1月20日
2月17日	3月17日

(全て火曜日)

▼ **時間** 10時～11時
▼ **ところ** あわら市保健センター
▼ **申込み** 4日前までに健康長寿課にご予約ください。
▼ **問合せ** 健康長寿課 ☎73-8023



**YONETSU・KANささおか
臨時休館のお知らせ**

YONETSU・KANささおかは、施設改修工事のため次の期間臨時休館となります。ご理解とご協力をお願いします。

▼ **臨時休館期間**
4月1日(火)～6月30日(月)

▼ **問合せ**
YONETSU・KANささおか
☎74-2221



▲ ホームページ

栄養 ひとくちメモ



こども園給食の人気メニューを紹介！
簡単にできますので、ぜひご家庭でも作ってみてくださいね♪

問合せ 子育て支援課 ☎73-8021



こども園給食の人気メニュー紹介！～副菜～

納豆和えの作り方



- ① もやしは適当な大きさに切り、軽くゆでて冷まし、水気を切る。
- ② 小松菜は塩ゆでし、流水に入れ冷まし、3cm幅に切る。にんじんは短冊切りにしてゆでて冷まし、水気を切る。
- ③ ひき割り納豆はよく混ぜ、しょうゆ(または付属のタレ)を入れさらに混ぜる。
- ④ カニかまはほぐしておく。
- ⑤ ①～④を和える。

【栄養 / 子ども1人分】
エネルギー：36kcal たんぱく質：3.3g 脂質：1.1g
カルシウム：20mg 鉄：0.7mg 食塩：0.3g

★ポイント
納豆の粘り気がつなぎとなり、和え物も食べやすくなります。
中に入れる野菜は、季節によってきゅうりやほうれん草など、いろいろ工夫して作ってみてくださいね♪



材料 / 子ども4人分.....

もやし	: 80g
小松菜	: 60g (約1/4束)
にんじん	: 中1/4本 (30g)
ひき割り納豆	: 40g (1パック)
カニかま	: 30g
濃口しょうゆ	: 小さじ1 (6g)

※納豆付属のタレでも可

**YONETSU・KANささおか
回数券利用期限のお知らせ**

YONETSU・KANささおかが次の期間に発行した回数券は、発行後10年以上経過していることから、未使用分について利用期限を設けさせていただきます。

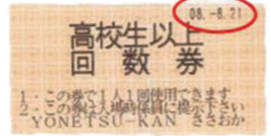
▼ **対象回数券**
※払い戻しはできませんのでご了承ください。
1996年(平成8年)10月～
2014年(平成26年)11月30日

▼ **利用期限** 令和7年12月31日(水)

▼ **問合せ** 清掃センター ☎74-1314



▲ ホームページ



▲ 右上に96.10.1～14.11.30の日付が記載されている回数券が対象

カラオケ健康体操教室

懐かしのメロディーに合わせて、伸びやかに楽しく体を動かしませんか。詳しくは各公民館にお問い合わせの上、直接お申し込みください。
※公民館によって教室名が異なります。

▼ **対象** 65歳以上で要介護認定を受けていない人

▼ **参加費** 無料

▼ **定員** 各公民館 30人程度
※希望者多数の場合、人数を制限することがあります。

▼ **持ち物** 運動靴・タオル・飲み物など

ねこの手クラブ 会員募集！



「ねこの手クラブ」は、人手が足りず困っている坂井北部丘陵地内の農家などの依頼に応じ、会員が作業に従事するサーブスです。
「地域の農業を支援し、守りたい！」という強い意欲と情熱のある人を募集しています。

※この募集は、雇用対策ではなく、農業支援が目的です。

▼ **対象** 18歳以上で健康に自信がある人

▼ **作業時間** 1日8時間以内

▼ **内容** 苗の植え付け、芽かき、除草、果物や野菜の収穫作業など

▼ **賃金** 時給1,000円
※最低賃金の見直しによる変更あり。

▼ **問合せ** ねこの手クラブ
(丘陵地農業支援センター内)
☎78-6364

