

解説

清田は水資源が豊富で白旗山方面から地下を流れる天然水は軟水で飲みやすくとてもおいしい水です。

読札

わ
わき水の
めぐみをうけて
おいしいよ

絵札



解説

走ると人は汗をかき体から水分が失われます。体が水分不足にならないように、ランニング時の水分補給は必ず行いましょう。

読札

ら
ランニング
水分補給を
忘れずに



絵札



り

理屈より
実践第一
野菜生活

野菜は体によいとわかっていても日々、自分でとらないとその良さは実感できません。



る

ルルルル
きよっち笑顔で
歌ってる



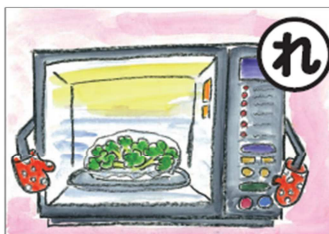
清田区の公式マスコット「きよっち」は、清田区が誕生した平成九年十一月四日に生まれた森の妖精です。



れ

レンジでチン
上手に使用
時間短縮

電子レンジを使って、材料の下ごしらえや調理、温めを行うことで、調理にかかる時間を短くすることが出来ます。



ろ

路肩から
泳ぐ鯉見る
厚別川



区の三大シンボルの一つである、厚別川にあげられる鯉のぼりは、清田区の春の名物になっています。

