

# めなみ



## 地域ので災害に備える！

甚大な被害をもたらした東日本大震災が3月11日に発生し、半年が経過しました。この大震災では、被災者の救助や避難所の運営などに地域住民が大きな役割を果たしました。平成7年に発生した阪神・淡路大震災においても、多くの人が地域住民などに救助されているとのデータもあり、地域の主体的な取り組みによる「地域防災力」向上の重要性があらためて認識されています。

今月は、9月1日の「防災の日」に合わせて行われた南区防災訓練や区内で活動している自主防災組織の防災訓練、災害時要援護者避難支援の活動について紹介します。

●編集 南区市民部総務企画課広聴係  
〒005-8612 南区真駒内幸町2丁目 ☎582-2400 内線224~226  
南区のホームページ  
<http://www.city.sapporo.jp/minami/>

<南区の人口・世帯数>  
人口 / 145,510 (-92)人  
世帯数 / 63,148 (-38)世帯  
( )内は前月比  
※平成23年(2011年)9月1日現在





# 南区内で行われた防災訓練の一部を紹介します



## 南区防災訓練

札幌市では、大規模地震などの自然災害による被害を軽減するため、災害への対応力強化や各機関との協力体制の確立を目的に、市や地域住民などが一体となり、各区で防災訓練を実施しています。

今年の南区防災訓練は、札幌市で震度6強の地震が起こり、南区内で建物の倒壊や火災が発生したという想定の下、澄川小学校で行われました。

### 発災対応型訓練

避難場所へ向かう途中で発見した火災や、倒壊建物の下敷きになった負傷者に対応するため、初期消火班、バケツリレー班、救出班、担架搬送班に分かれて訓練を実施。それぞれ、初期消火や倒壊建物からの負傷者救出などに取り組みました。

### 収容避難所運営訓練

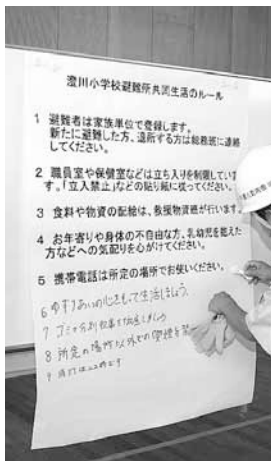
避難所の運営をスムーズに行うための訓練として、避難者名簿の作成などを行う自主運営訓練を実施。避難所での共同生活を営むためのルール作りや、給水車から水を受け取り、飲料水を確保する訓練などを行いました。



澄川小学校へ自主避難開始



煙道で煙を体験



共同生活のルールを作成



## 澄川地区 自主防災総合訓練

澄川地区では、13の町内会全てが参加し、地区連合会全体で、自主防災組織を構成。

町内会の枠を超えた地域ぐるみの防災対策が評価され、平成15年度に「第8回防災まちづくり大賞 消防科学総合センター理事長賞」を受賞しています。

### 訓練の様子

同地区では、毎年自主防災訓練を実施しており、今年で14回目。澄川中学校の生徒も参加し、消防ポンプを使用した放水訓練のほか、心肺蘇生法訓練やAED(自動体外式除細動器)の操作訓練、毛布を使った応急担架の作製などを行う救出救護・搬送訓練が行われました。



一定のリズムで圧迫

総勢350人が参加!



## 川沿中央第5町内会 自主防災組織訓練

川沿中央第5町内会は、地域で防災意識を高めようと、4年前から自主防災訓練に取り組んでいます。

毎年訓練を実施しており、今年は昨年よりも参加者が増え、若い世代の参加も進んでいます。今年の訓練は角材と毛布を使った応急担架の作製や、応急用水槽の組み立て、バケツリレーによる消火訓練などを行いました。

### 訓練以外の取り組み

同町内会では、訓練以外の取り組みとして、地域内の防災マップを独自に作成。また、災害時の連絡網を整備し、災害弱者となる一人暮らしの高齢者や母子世帯の居場所を把握して、災害に備えています。



重いから気を付けてね



初期消火は素早く冷静に

# 災害時の支えあい活動（災害時要援護者避難支援）

災害が発生したとき、高齢者や障がいのある方など自分や家族だけの力では避難できない方（要援護者）の避難には、地域の方々（支援者）の支援がとても重要です。

南区では、昨年から石山ひまわり町内会がモデル地区として取り組みを始めています。

## 活動の流れ

1

### 体制づくり

地域の実情に応じて、町内会、福祉推進委員会、自主防災組織などが支援を行う組織（支援母体）を立ち上げ

2

### 支援プランの策定

支援内容や個人情報の取り扱いなど、取り組みのルールを作成

3

### 周知・呼び掛け

回覧板などで活動内容を周知し、要援護者や支援者の登録を呼び掛け

4

### 台帳の作成

登録された要援護者と支援者を組み合わせた台帳を作成

5

### 顔合わせ

要援護者と支援者が直接顔を合わせ、お互いを知り関係を築く

6

### 日常の活動

日常の声掛けや見守りの実施、連絡網の作成・個人情報の更新



要援護者宅を訪問して健康状態を尋ねる支援者の塚田多満喜さん（写真左）

## 活動実践者の声

### ○活動を始めたきっかけ

石山まちづくりセンター所長から、災害時支えあい活動への参加呼び掛けがあったことをきっかけに、町内会で検討し取り組むことにしました。

### ○取り組みの中で苦労したこと

回覧だけでは支援者が集まらず、個別にも要請をしました。「小さな町内会なのに取り組む必要があるのか」との意見もありました。

### ○取り組みの成果

もともと町内会主催の行事などを通じて住民同士の交流が活発でしたが、今までよりも見回り活動や声掛け運動が活発になると考えています。

### ○今後の取り組みについて

みんなの理解を深めてもらうために、広報活動を進めることと、日頃の見回り活動を活発化させたいと考えています。

### ○実施した感想

町内会総会の議題にするなど、周知を図りながら、手順を踏んで進めたためうまくいったと思います。今回、要援護者として登録された方から「心強い」と言われたことがうれしいです。



石山ひまわり町内会長  
佐藤 正さん

防災に関する冊子などを配布しています！



区役所では「地震防災マップ」や「中小河川洪水ハザードマップ（豊平川上流版・精進川版）」、「自主防災マニュアル」、「災害時支えあいハンドブック（概要版）」などの、防災に関する冊子やパンフレットを配布しています。

## この特集に関するお問い合わせ先

### ▶防災訓練に関すること

南区総務企画課地域安全担当  
☎582-2400 内線210・252

### ▶災害時要援護者避難支援に関すること

南区保健福祉課活動推進担当  
☎582-2400 内線342





南区関連の主な施設	
南区役所	☎582-2400 〒005-8612 真駒内幸町2丁目
南区土木センター	☎581-3811 〒005-0031 南31条西8丁目
南保健センター	☎581-5211 〒005-0014 真駒内幸町1丁目
定山溪まちづくりセンター	☎598-2191 〒061-2302 定山溪温泉東3丁目
真駒内まちづくりセンター	☎581-3025 〒005-0014 真駒内幸町2丁目
石山まちづくりセンター	☎591-8734 〒005-0842 石山2条2丁目
簾舞まちづくりセンター	☎596-2059 〒061-2263 簾舞3条6丁目
藤野まちづくりセンター	☎591-7041 〒061-2282 藤野2条7丁目
藻岩まちづくりセンター	☎571-6121 〒005-0808 川沿8条2丁目
藻岩下まちづくりセンター	☎581-2001 〒005-0034 南34条西9丁目
澄川まちづくりセンター	☎821-8585 〒005-0003 澄川3条2丁目
芸術の森地区まちづくりセンター	☎592-7009 〒005-0850 石山東7丁目
南清掃事務所	☎583-8613 〒005-0861 真駒内602番地30
南消防署	☎581-2100 〒005-0014 真駒内幸町1丁目
澄川図書館	☎822-3730 〒005-0004 澄川4条4丁目
南区民センター	☎584-2100 〒005-0014 真駒内幸町2丁目
藤野地区センター	☎592-2002 〒061-2282 藤野2条7丁目
もいわ地区センター	☎572-5733 〒005-0808 川沿8条2丁目
すみかわ地区センター	☎818-3035 〒005-0004 澄川4条4丁目
南部市税事務所	市税証明・口座振替 ☎824-3912 納税相談 ☎824-3913 個人の市・道民税 ☎824-3914 固定資産税(土地) ☎824-3917 固定資産税(家屋) ☎824-3918 〒062-8641 豊平区平岸5条8丁目

## 南区役所

☎(582)24000

### 一日行政相談

**内容** 国や独立行政法人、特殊法人などの仕事(国道、年金、福祉など)について、行政相談委員が相談や苦情を受け付けます。

**日時** 10月18日(火)午後1時～4時。

**会場** 南区役所。

### 行政相談委員

・市川 宏 ☎(582)6230  
・上西 俊子 ☎(581)3352  
・藤井 和子 ☎(591)2860

※毎週火曜日午後1時から4時まで区役所相談コーナーで行政相談を実施しています。また、相談日以外も各委員が電話で相談に応じます。

**詳細** 総務企画課広報係 内線224～226

### 南区卓球大会

**日時** 11月17日(木)午前9時～午後5時。

**会場** 南区体育館(川沿4条2丁目)。

**対象** 区内で卓球の活動をされている方(学生は除く)。

**定員・費用** 120人。1人500円。

**種目** ダブルス戦。大会当日に抽選でペアを決定(1人でも申し込みできます)。

**申込方法** 10月11日(火)～31日(月)に電話で左記へ(先着順)。

**申込・詳細** 地域振興課地域活動担当 内線604

### 南区少年少女剣道大会

**日時** 11月23日(祝)午前9時30分～午後4時30分。

**会場** 南区体育館。

**対象** 区内にお住まいの小・中学生。

**定員** 個人戦40人。団体戦80

個人戦40人。団体戦80

### 団体

**費用** 個人戦1人600円。団体戦1団体3千円。

**種目** 【個人戦】切り返しの方(申込時の級位が8級以下) ※個人戦の参加者は、団体戦に参加できません。

**【団体戦】** 小学生の部、中学生の部。 ※1団体5人。

**申込方法** 10月11日(火)～31日(月)に電話で左記へ(先着順)。

**申込・詳細** 地域振興課地域活動担当 内線604

### 育児教室「すくすく子育てミートینگ」

育児やしつけに悩むお母さん、臨床心理士の先生のお話を聞いてみませんか?

▽講話「意外とみんな悩んでいる? しつこく何だろう?」。

**日時** 10月24日(月)午前10時～11時30分。

**会場** 南区民センター。

南区民センター。

### 対象

1歳6カ月～3歳の子さんの母親(託児あり)。

**定員** 20組。

**費用** 無料。

**申込方法** 10月11日(火)から電話で左記へ(先着順)。

**申込・詳細** 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211



### カロリー計算の達人教室

体重が気になる方や生活習慣病を予防したい方、カロリー計算を学びませんか?

▽講話「バランスのよい食事で肥満予防」。

▽演習「計算しましょう、食べ物のカロリー」。

**日時** 11月9日(水)、11日(金)。午後1時30分～3時30分。

**会場** 南保健センター。

南保健センター。

### 糖尿病予防週間パネル展

▽パネル展示

**日時** 11月9日(水)～14日(月)。午前8時45分～午後9時。 ※9日は午後1時から、14日は午後3時まで。

**会場** 南区民センター。

▽栄養相談

**日時** 11月10日(木)午後1時30分～3時。

**会場** 南区民センター。

▽糖尿病予防の野菜たっぷり定食

11月10日(木)に南区役所食堂にて販売。

※25食限定。1食530円。

**詳細** 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211



■住民集団健康診査

【詳細】健康・子ども課健やか推進係 ☎581-5211

種類	内容	対象	費用
特定健康診査	問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査、貧血検査※、心電図検査※、眼底検査※ ※の検査は、医師が必要と認める場合に実施します。	札幌市国民健康保険に加入されている方で、今年度40歳になる方から75歳未満の方	受診券に記載の金額 ※生活保護世帯、支援給付世帯は無料。ただし、証明書が必要。
後期高齢者健康診査	問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査	札幌市民で後期高齢者医療制度に加入されている方	
※受診するには、「受診券」と「被保険者証」が必要です。 (札幌市国民健康保険以外の方は、加入されている健康保険へお問い合わせください。) ※平成23年10月1日から、希望される方は特定健診の検査項目に加え、心電図などの検査を付加健診として受診できます(追加料金500円が別途必要)。			
肺がん検診	胸部X線検査	札幌市民で職場などで受診する機会のない40歳以上の方	無料 ※喀痰検査は400円。
緊急肝炎ウイルス検査	B型・C型ウイルス検査	札幌市民で過去に検査を受けていない方(年齢制限無し)	無料 (平成24年3月31日まで)
※特定健康診査、後期高齢者健康診査では、胸部X線検査を実施していませんが、住民集団健康診査で胸部X線検査のみの受診も可能です。			

<日程・会場> ※当日、直接会場へ(できるだけ空腹の状態でお越しください)。

日程	受付時間	実施会場
10月12日(水)	午前9時～11時	澄川地区会館(澄川3条2丁目6-1)
10月13日(木)	午前10時～11時	藤の沢福祉会館(藤野693番地)
	午後1時30分～2時30分	簾舞2区集会所(簾舞347番地)
10月20日(木)	午前9時30分～11時	あけぼの団地管理事務所(真駒内曙町1丁目1-35)
	午後1時30分～2時30分	常盤一区会館(常盤6条2丁目107)
11月9日(水)	午前10時～11時	硬石山福祉会館(川沿18条2丁目1-4)
	午後1時30分～2時30分	中ノ沢会館(中ノ沢1711番地3)

■両親教室

初めて出産を迎えるご夫婦を対象に、沐浴人形を使った育児実習や妊婦疑似体験などを行います。

**日時** 11月18日(金)午後6時30分～8時35分(受け付けは午後6時から)。  
**会場** 南保健センター。  
**対象** 来年1月から4月まで

の間に、初めて出産を迎える予定のご夫婦。

**定員** 40組。

**費用** 無料。  
**申込方法** 10月24日(月)から電話で左記へ(先着順)。

**申込・詳細** 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211



■胃がん・大腸がん検診

**検診日** 10月14日(金)、28日(金)。  
**受付** 午前8時45分～10時。

**会場** 南保健センター。  
**対象** 40歳以上で、職場などで受診していない方。

**費用** 胃がん検診は700円、大腸がん検診は400円。ただし、70歳以上の方、後期高齢者医療制度にご加入の方、生活保

障制度にご加入の方、生活保

■子育て講座(テーマ別)

**テーマ** いざという時、あわてないために「小児救急法」。  
**日時** 11月7日(月)午前10時～11時30分。

**会場** 南保健センター。

**対象** 0歳から就学前までのお子さんを育てている保護者(託児あり)。

**定員** 20人。

**費用** 無料。

**申込方法** 10月21日(金)から電話で左記へ(先着順)。

※この講座は、多くの方に参加していただくため、年一回の受講をお願いします。

**申込・詳細** 健康・子ども課 子育て支援係 ☎(588)5411

■ポリオワクチン服用のお知らせ

1歳を過ぎたお子さんは、ポリオよりもMRワクチン

護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料。※それぞれ証明できるものが要。

**申込方法** 事前に左記へ予約(電話可)。

**申込・詳細** 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211



優先して接種しましょう。

**日時** 左表の通り。  
**会場** 南保健センター。

※駐車場が大変混雑しますので、公共交通機関をご利用ください。

**詳細** 健康・子ども課保健予防係 ☎(581)5211

実施日	受付時間
10月3日(月)	午前9時15分～10時30分
10月12日(水)	午後1時30分～2時30分
10月17日(月)	午前9時15分～10時30分
10月26日(水)	午前9時15分～10時30分

※当日直接南保健センターへ

■南市区事務所納税課 ☎(824)3913

■市税の夜間・休日納付相談

**夜間相談** 10月13日(木)、20日(木)、27日(木)、11月10日(木)。午後8時まで。

**休日相談** 10月22日(土)、23日(日)。午前9時～午後4時。

**場所** 南市区事務所(豊平区平岸5条8丁目 イースト平岸2階)。

※税務部門は昨年10月に区役所から各市区事務所へ移転していますのでご注意ください。



南区民センター

☎(584)2100

図書室行事のお知らせ

▽楽しいおはなしの会

日時 10月17日(月)。午前の部は午前10時30分～11時、午後の部は午後3時30分～4時。

会場 南区民センター。

対象 幼児から小学生程度。

※小学生未満は保護者同伴。託児はありません。

申込方法 当日直接会場へ。

澄川図書館

☎(822)3730

秋の図書館

フェスティバル

▽特別おはなし会

専門学校の学生による読み聞かせ。

日時 10月22日(土)午前10時30分。

▽人形劇ほか

人形劇『さんまのおふだ』、ボードビル『ふしぎなピエロ』ほか。

日時 10月30日(日)午後2時。

行事のお知らせ

▽おはなしの会

・10月15日(土)午後1時50分。『どんぐりどらや』。

・11月5日(土)午後2時30分。『しずかなおはなし』。

▽子ども映画会

・10月15日(土)午後2時30分。『きょうはなんてうんがいいんだろう』。

▽わらべうた・おはなしの会

・10月13日(木)午後1時。『お月さまえらいの』。  
・11月10日(木)午後1時。『ぼったんぼったん』。

藤野地区センター

☎(592)2002

図書室行事のお知らせ

▽おはなしの会

・10月15日(土)、22日(土)、11月5日(土)。午前11時。



もいわ地区センター

☎(572)5733

文化祭のお知らせ

▽10月15日(土)

・作品展示 午後1時30分～4時。  
・フリーマーケット 午前10時～午後2時。

・ダンスパーティー 午後6時～8時。

・模擬店 午前10時～午後3時(16日も同様)。

▽10月16日(日)

・作品展示 午前10時～午後4時。  
・ステージ発表 午前11時～午後4時。

・お茶席 午前11時～正午。

ボランティア募集

内容 図書室の書棚整理。

日時 10月28日(金)午前10時～正午。

対象 15歳以上(中学・高校生を除く)。  
定員 3人。

申込方法 10月12日(水)午前9時から直接図書室へ(先着順)。

すみかわ地区センター

☎(818)3035

文化祭のお知らせ

▽10月15日(土)

・作品展示 午前10時～午後4時。

・上映会(藤山寛美傑作ビデオ) 午前10時30分～正午。

・カラオケ交流会 午後1時30分～4時。

▽10月16日(日)

・作品展示 午前10時～午後4時。

・ステージ発表 午後1時～4時。

陸上自衛隊高等工科学校生徒募集説明会

陸上自衛隊高等工科学校生徒採用試験(推薦採用試験を含む)に関する説明会を行います。

日時 10月16日(日)午前10時～正午。

会場 南区民センター。

対象 来年4月1日現在、17歳未満の男子で、中学校卒業または中等教育学校の前期過程修了者(見込み含む)およびその保護者。

参加方法 当日、直接会場へ。

詳細 自衛隊札幌地方協力本部南部地区隊 ☎581-0736  
地域振興課まちづくり推進係 ☎582-2400 内線299

秋の火災予防運動 10月15日(土)～31日(月)

ストーブなどの暖房器具を使う季節になりました。火災を起こさないために、次のことに注意しましょう。



- ▶ストーブの周りに洗濯物を干さない。
- ▶こたろを使用中に離れるときは、必ず火を消す。
- ▶放火防止のため、家の周りに燃えやすいものを置かない。

詳細 南消防署予防課 ☎581-2100



## ■講座のご案内

### 南区民センター (☎584-2100)

講座名	受講対象	定員	開講日	開講時間	受講料	申込日
ひと筆がきの年賀状	15歳以上(中学・高校生を除く)	20人	11月10日(木)	午後1時15分～3時15分	800円	10月17日(月)から 午前9時～午後5時
<b>申込方法</b> 電話で南区民センターへ(先着順)。定員に満たない場合は、開講日の4日前まで受け付けます。						

### 藤野地区センター (☎592-2002)

講座名	受講対象	定員	開講日	開講時間	受講料など	申込日
手編み講座 おしゃれニット帽子と マフラー(全3回)	15歳以上(中学・高校生を除く)	15人	10月27日(木)、 11月10日(木)、17日(木)	午後1時30分 ～3時30分	受講料2,000円 教材費2,000円	10月13日(木) 午前9時から
<b>申込方法</b> 電話または直接藤野地区センターへ(先着順)。受講料は申込時、教材費は開講時に持参してください。受講者が少ない場合は中止することがあります。講師や会場の都合により、受講日などを変更する場合があります。						

### もいわ地区センター (☎572-5733)

講座名	受講対象	定員	開講日	開講時間	受講料	申込日
手作りとうふ体験講座	15歳以上(中学・高校生を除く)	12人	10月27日(木)	午後1時30分～3時30分	500円	10月11日(火) 午前9時から
<b>申込方法</b> 直接もいわ地区センターへ(先着順)。受講料は申込時に納入願います。						

### すみかわ地区センター (☎818-3035)

講座名	受講対象	定員	開講日	開講時間	受講料など	申込日
パソコンエクセル 入門(全8回)	15歳以上(中学・高校生を除く)	18人	12月2日～19日 の月・水・金曜日	午後6時～8時	受講料5,600円 教材費1,000円	11月1日(火)～8日(火) 午前9時～午後7時
<b>申込方法</b> 電話または直接すみかわ地区センターへ(先着順)。定員に満たない場合は引き続き受け付けます。受講者が少ない場合は中止することがあります。 ※マウス操作、文字入力の実験がある方が対象。パソコン(マイクロソフトのエクセル搭載)の持ち込み可。パソコンの無料貸し出し有。						

## ■児童会館だより

幼児は保護者と一緒に参加してください。体育室で行う行事には上靴が必要です。

会館名	行事名	日時	対象	備考	連絡先
澄川	つくっちゃOh! 牛乳パックホットドック作り	10月14日(金) 午後3時30分～4時30分	小1以上	定員25人。申し込み受け付け中 参加費200円	澄川4条6丁目 ☎831-5150
真駒内	まこチャンプ ひなんくんれん パート2	10月14日(金) 午後3時30分～4時30分	小1以上	自由参加。持ち物:上靴	真駒内本町3丁目 ☎584-3336
真駒内 五輪	マリンおはなしタイム	10月13日(木) 午後3時45分～4時15分	来館者 全員	自由参加	真駒内泉町3丁目 ☎581-1823
藻岩	わくわくスポーツ	10月25日(火) 午後3時45分～4時45分	小1～6	10月18日(火)から申し込み受け付け スローボールをします。持ち物:上靴	川沿8条2丁目 ☎571-8616
南の沢	おはなし&リズム♪	10月21日(金) 午前10時30分～11時30分	乳幼児と その保護者	自由参加。読み聞かせとリズムあそび	南沢4条2丁目 ☎571-2909
石山	キッズ&ママふりーたいむ	10月26日(木) 午前10時30分～午後1時	乳幼児と その保護者	自由参加。自由に遊んでゆっくり過ごしま しょう。飲食スペースもあります	石山2条4丁目 ☎591-7730
常盤	ホッとタイム	10月18日(火) 午後3時45分～4時30分	小1以上	自由参加。地域の読み語りボランティアと 職員によるミニゲームと読み語りの会	常盤2条2丁目 ☎592-6091
藤野	おはなし広場	10月11日(火) 午後3時30分～4時	幼児以上	自由参加。絵本の読み聞かせ	藤野2条8丁目 ☎592-1532
みすまい	みすまいまつり2011	11月3日(祝) 午前10時～午後0時30分	幼児以上	当日受け付け 3世代交流のおまつりを行います	籬舞3条6丁目 ☎596-3911

※各児童会館では、中学・高校生の皆さんのために夜間利用(開館時間の延長)を実施しています。詳細は各会館へ。

広告



## 天皇陛下行幸 9/10

天皇陛下が札幌市豊平川さけ科学館を訪問され、サケやハゼの稚魚などをご覧になりました。

## 親子釣り大会 9/10

自然を大切にする心を育み、釣りを通して親子の絆を深めてもらおうと、簾舞川で親子釣り大会が開催されました。参加した親子は、魚を釣り上げたときに笑顔で歓声を上げたり、釣った魚の種類を一緒に確認したりしていました。

## 澄川パフォーマンス通り 9/10

すみかわ地区センター周辺で、澄川地区連合会主催の「秋だ！祭りだ！澄川パフォーマンス通り2011」が開催されました。バルーンアートやジャグリングなどのにぎやかなパフォーマンスで、会場は大いに盛り上がりました。

## 豊滝小学校交通安全PR 9/9

豊滝小学校の児童19人が、国道230号を走行中のドライバーに交通安全を呼び掛けました。児童は、学校で収穫したジャガイモと安全運転の願いを込めた手紙を渡し、ドライバーも笑顔で児童からの贈り物を受け取っていました。

## 野菜料理教室 8/31

料理研究家の立野豊子<sup>たての とよこ</sup>さんを講師に迎え、南区民センターで野菜料理教室が行われました。

参加者は「野菜のポトフ」「かぶのカルパッチョ風サラダ」「かぼちゃニョッキ」「りんご包みパイ」の4品に挑戦し、彩り豊かに仕上げていました。