

1	水	
2	木	●みすゞ児童作品コンクール優秀作品展／金子みすゞ記念館／9時～17時／2月28日まで
3	金	●おいでませ！山口国体 天皇杯・皇后杯公開／香月泰男美術館／9時～17時（7日を除き12日まで）
4	土	●司法書士による多重債務無料電話相談会／10時～16時／Tel.0120-003-821
5	日	●第45回日置駅伝大会／日置地区／9時～ ●第14回子どもピアノリサイタル／ラポールゆや／9時～ ●古文書講座／村田清風記念館／13時30分～15時30分／要申込（Tel.43-2818）
6	月	●行政相談／日置地域福祉センター／9時～12時
7	火	●行政相談／三隅支所／10時～12時 ●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～17時／有料・要予約（Tel.0838-24-0500）
8	水	●長門市議会議員研修会／物産観光センター会議室／15時～17時
9	木	●社会保険年金相談・申請／市役所本庁会議室／10時～16時
10	金	
11	土	「建国記念日」 ●第12回万作・萬斎狂言公演／ルネッサながと／14時～ ●LOVE 花火inバレンタイン／湯本温泉音信川河川公園／19時～21時30分
12	日	●地域医療フォーラム／ルネッサながと／13時30分～16時30分
13	月	
14	火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～17時／有料・要予約（Tel.0838-24-0500） ●禁煙相談／長門健康福祉センター／13時～16時／要予約（Tel.22-2811） ●行政相談／油谷中央公民館／10時～12時
15	水	●人権・行政合同相談／市役所本庁市民相談室／10時～12時 ●1人暮らしのためのクッキングスクール／長門市保健センター調理実習室／9時30分～12時30分／要申込（Tel.23-1119）
16	木	●発達クリニック／長門健康福祉センター／14時～16時／要予約（Tel.22-2811） ●市県民税申告相談／長門・三隅・油谷地区／9時～16時／3月15日まで
17	金	●みすみワハハストレッチ教室／三隅保健センター／9時30分～11時30分／要申込
18	土	●第18回長門市美術展／ルネッサながと文化情報ギャラリー／10時～17時（26日まで） ●金子みすゞ記念館講座Bコース／金子みすゞ記念館／13時30分～15時／要申込 ●第64回山口県学校美術展覧会（巡回展）／明倫小学校／9時～17時／2月19日まで
19	日	毎月19日は「ながと食の日」 ●第6回大人のピアノリサイタル／ラポールゆや／13時30分～
20	月	
21	火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～17時／有料・要予約（Tel.0838-24-0500） ●心の健康相談／長門健康福祉センター／13時～14時／要予約（Tel.22-2811） ●市県民税申告相談／日置地区／9時～16時／3月15日まで
22	水	●無料法律相談／市役所本庁市民相談室／10時～15時／要予約（Tel.23-1115）
23	木	●社会保険年金相談・申請／市役所本庁会議室／10時～16時 ●身体にやさしい食生活講座／長門市保健センター／9時30分～13時／要申込（Tel.23-1119）
24	金	
25	土	
26	日	●第18回青海島健康マラソン大会／青海湖周辺／8時20分～ ●古文書講座／村田清風記念館／13時30分～15時30分／要申込（Tel.43-2818）
27	月	
28	火	●法律相談／長門市地域福祉センター／13時～17時／有料・要予約（Tel.0838-24-0500） ●骨髄バンク登録受付・C型B型肝炎検査・エイズ抗体検査／長門健康福祉センター／要予約（Tel.22-2811）
29	水	

食推おすすめ料理

長門市食生活改善推進協議会

芋ようかん

— 子どもからお年寄りまで —

材 料（4人分）

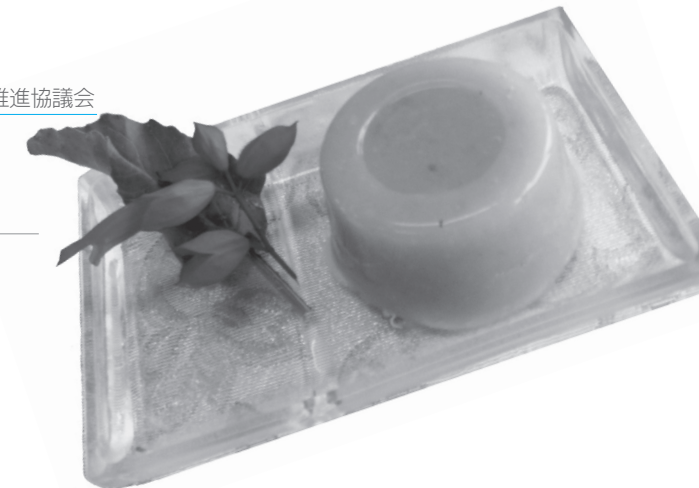
さつまいも	…500g
寒天	…4g
砂糖	…80g
水	…300g

作り方

- ①さつまいもは皮をむいて輪切りに水にさらしておく。
- ②さつまいもを茹でて、熱いうちに裏ごしをする。
- ③鍋に水と粉寒天を入れて弱火にかけ、粉寒天をとかず（2分以上沸騰させる）。
- ④砂糖を加えてとかし、裏ごししたさつまいもを混ぜる。
- ⑤タッパーやバットなど型に入れ、冷蔵庫で冷し固める。
- ⑥食べやすい大きさにカットして供する

ワンポイントアドバイス

粉寒天は、2分以上は沸騰させ、よく煮とかしましょう。
さつまいもは裏ごししなくてもおいしいですよ。



栄養価（1人分）

エネルギー…121kcal
たんぱく質…0.1g
脂 質…0.1g
塩分相当量…0.0g

■食事バランスガイド

ほっちゃんテレビ放送予定
2/10（金）・2/12（日）

毎月19日は「ながと食の日」

休日当番医

月/日	曜	当 番 医	電話番号
2/5	日	半田内科クリニック	23-3030
		岡田病院	23-0033
2/11	土	吉村内科	22-3322
		斎木病院	26-1211
2/12	日	戸嶋医院	34-0003
		長門総合病院	22-2220
2/19	日	長門診療所	22-2440
		岡田病院	23-0033
2/26	日	友近内科循環器科医院	32-1180
		斎木病院	26-1211
3/4	日	宮尾医院	26-0559
		長門総合病院	22-2220

水道修繕当番店（2月） *は休日・夜間のみ

地 区	公 道 部	邸 内 部
長門地区	(有)天満水道 Tel. 26-0024	(有)天満水道 Tel. 26-0024
三隅地区	(株)森永水道(株) Tel. 43-0552	山本設備 Tel. 43-0295
日置地区	(株)清和 Tel. 37-2266 Tel. 090-9065-3392*	(有)安田建材Tel. 32-1217 Tel. 090-1013-6036*
油谷地区	(有)キハラ Tel. 34-0018	(有)キハラ Tel. 34-0018

※水道のトラブルは長門市指定工事店に依頼してください

消費者トラブルQ&A

劇場型勧誘に注意!

Q 突然聞いたことのない業者から「A社が販売している仏像を後から高値で買い取るので、購入してくれないか」という電話がかかった。信用して大丈夫か？

A 「劇場型勧誘」とは、販売業者以外の何者かが、消費者に対し、販売業者との取引が消費者にとって有利な取引であると思わせ、販売業者と契約するように仕向ける勧誘手法です。実際に商品が買い取られた事例はなく、高額な被害を受けることになり、被害回復も非常に困難です。不意に電話で、「もうかる」「以前の損失を取り戻せる」などと勧誘されても、業者の話を手安に信用してはいけません。一人で判断せず、家族や周りの信頼できる人に相談することが大切です。また、本当に必要なものかどうかをよく考え、購入するかどうか慎重に検討し、不要であれば、きっぱりと断りましょう。

業者とトラブルになったときは、一人で悩まず、なるべく早く、ご相談ください。

問い合わせ 市民課市民相談係 Tel. 23-1115
山口県消費生活センター Tel. 083-924-0999