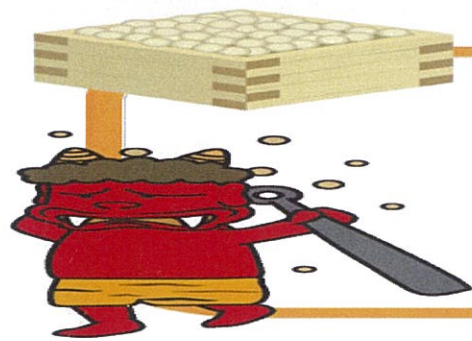
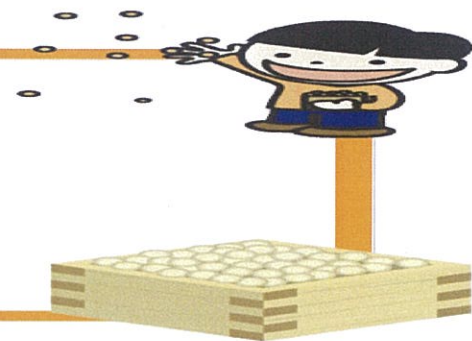




高清水談話室だより



2月

心も体も健康に！
らくらく養生訓

か カラフル野菜で
みんな 病気知らず！

色とりどりの
食事作りを意識しよう！
意識したい色は赤、黄、黒、
茶、紫、白の7色。買い物するとき
はこれらの色を思い浮かべ、
いろいろな色の食材をかうように
しましょう！
色とりどりの野菜のお勧め調理は、
スープなどの汁物です。
栄養を丸ごととれるスープは
薄味に仕上げ、野菜そのものの
おいしさを味わいましょう。

1月31日の10時から、役場前の道路が迂回路通行と
なっていますので、走行の際は気をつけてくださいね。
町バスの運賃も町内、均一200円に改正されました。



ママダンプ、雪かきスコップ、
ウルトラほうきと融雪剤が物置に
あります。どうぞ、お使いください。

水道管の凍結注意と
暖房器具の火の元の
確認をお願いしまーす。



お知らせ・・・大槌町の大震災津波復興計画・・・

復興基本計画の見直しにあたり、改正事案の
概要版を談話室に置いてありますので、ぜひ、目を
とおして見て皆様のご意見を町までお寄せください。2月9日(日)〆切

二人が
睦まじく
いるためには
おろかでない
ほうがいい
立派すぎない
ほうがいい
立派すぎない
ことは
長持ちしない
ことだと
気づいて
いるほうが
いい
完璧を
めざさない
ほうがいい
完璧なんて
不自然な
事だと
うそふいて
いるほうが
いい
※祝婚歌と
いう詩です。
私達にも、
少しあてはま
るところが？
詩の続きは
3月号で！

『祝婚歌』

思い出の写真返還



昨年につき3度目の開
催になります。今回は、
16枚の写真が持ち主
に返されたそうです。

折り紙の小物入れ

社協さん主催で、おりがみの
小物入れを作りました。2度目
の教室なので、皆さんとても
素敵にできました。



常設展示場(マスト裏)の
お知らせ

常設展示場にて、写真などの思い
出の品を返還しています。

- ★場所 マスト裏看板を目
印にお越し下さい。
- ★開場時間 AM9:00～5:00
- ★開場日 基本的に平日・土
日共に開場
- ★期間 2014年3月まで
- ★主な収集物 写真、アルバム、
賞状、トロフィー、
ランドセルなど他

震災時に収集された品のすべて
を保管・展示しております。一つで
も多くの品を返還したいと考えて
いるそうですので、お気軽に行っ
てみて下さい。主催 ぐるっと大槌

こんな症状は要注意

- ☆ 腹痛
- ☆ 下痢
- ☆ 嘔吐
- ☆ 軽度の発熱

加熱が必要な食品は
中心部までしっかりと
「加熱」しましょう！

中心温度85度1分
以上加熱して食べ
ましょう！



ノロウイルスが
流行して
います！

「手洗い」をしっかり
行いましょう！

特に食事前、トイレ
の後、調理前後は
必ず1分以上よく
手を洗いましょう！



調理器具や調理
台は「消毒」して、
いつも清潔にしま
しょう。

まな板、包丁、ふき
ん、食器などは使用
後すぐに洗うととも
に、熱湯で1分以上
の加熱消毒が有効
です。家庭用の漂白
剤で浸して消毒して
下さい！

