サッカーファン じゃなくても お祭り気分で 楽しめます!

安芸高田市から都珍島ラ四エールを送るう!

PVでサンフレを

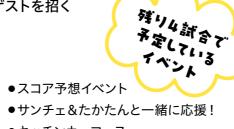
応接しよう

パブリックビューイングは スポーツやライブの中継を 一緒に楽しむイベントだよ

今年から、サンフレッチェ広島の11リーグ公式戦全試合を放映するパブリック ビューイングを道の駅「三矢の里あきたかた」で実施しています。無料で観戦でき るのはもちろん、食事や飲み物の持ち込みも可能。残り4試合は特別ゲストを招く などのイベントを計画しているので、お祭り気分で参加してください!

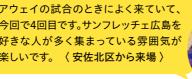




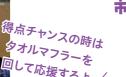


- ●サンチェ&たかたんと一緒に応援!
- ●キッチンカーフェス
- ●サンフレッチェ広島グッズ、 道の駅クーポンのガラポン抽選会

今回で4回目です。サンフレッチェ広島を <mark>好きな人が多く集まっている雰囲気が</mark> 楽しいです。〈安佐北区から来場〉



大型ビジョンで、 市民一丸となって応援しましょう!



10/28(土) 15:00~ vs FC東京

> 11/11(土) 14:00~ vs 北海道コンサドーレ札幌

パブリックビューイング

開催スケジュール

11/25(土) 14:00~ vs ガンバ大阪

12/3(日)14:00~ vs アビスパ福岡





家のすぐ近所ですし、子どもを連れて来やすい から助かっています。大人数が集まって応援す る一体感を楽しんでいます。 〈 吉田町在住 〉

来場者数は徐々に増え、会場では100人を超える方々が試合を観戦。 応援の輪が広がっています!

市役所でも応援に力を入れています

サンフレッチェ広島の公式戦当日またはその直前の勤務日は、ユ ニフォームや紫のアイテムを身に着けた職員で市役所が紫一色 に! サンフレッチェ広島を応援しようという機運を高めています。



問政策企画課 地方創生推進係 ☎・お太助フォン 42-5612

❤ 健康いいカラダ

歯科健康診査を実施します

高齢者の口腔機能の低下や肺炎などの予防を図るための歯科健康診査を行いま す。対象の方には、受診券を送付していますので、歯科医療機関へ直接申し込んでく ださい。お口の健康は、全身の健康につながります。この機会に受診しましょう。

無料

※治療費などは 別途必要です

2022年度中に

75歳の誕生日を迎えた方

2023年度中に 80歳になる方

1947年4月1日~1948年3月31日生まれの方広島県後期高齢者医療被保険者の方(歯科健康診査受診時)	対象者	●1943年4月2日~1944年4月1日生ま れの方
2023年12月31日(日)	受診期限	2024年3月31日(日)
広島県歯科医師会が指定する広島県内の 歯科医療機関 ※受診券送付時に一覧表を同封しています。	受診場所	市と契約している歯科医療機関 ※受診券送付時に一覧表を同封しています。
広島県後期高齢者医療広域連合 歯科健診コールセンター ☎082-512-0245	問い合わせ	健康長寿課 母子保健係

食のさんぽ道 安芸高田市食生活改善推進協議会

秋ザケのキノコあんかけ

(1人分)エネルギー228kcal 塩分2.2g

【材料(4人分)】

[たれ]

秋ザケ(生)・・・・・4枚(1枚70g)

塩 ・・・・・・ 小さじ1/2

マイタケ ・・・・・・・・ 100g

シメジ · · · · · · 100g

エノキタケ ・・・・・ 100g

片栗粉・・・・・・大さじ5

サラダ油・・・・・・・大さじ2

ネギ・・・・・20g (小口切り)

лк ····· 300ml

しょうゆ ・・・・・・・・大さじ2

みりん・・・・・・・・大さじ2

【作り方】





- ①生ザケは塩を振り、少し時間をおく。水分が出たらキッチンペーパー で水分を拭き取ってから、片栗粉をまぶす。残った片栗粉は使用する ので取っておく。
- ②フライパンにサラダ油をひき、サケをこんがり焼き色が付くように焼く。 ポイント! 盛り付けるとき、上になる方から焼く。
- ③キノコ類を食べやすい大きさに切る。
- ④鍋にたれの材料を合わせる。
- ⑤4に③のキノコ類を入れて煮る。
- ⑥仕上げに①で残った片栗粉を水(分量外)で溶き、とろみをつける。
- ⑦②のサケに⑥のあんをかけ、ネギを散らす。

ポイント! 味が物足りない方は、ネギと一緒にかつお節を散らす。

間健康長寿課 健康推進係 ☎・お太助フォン 42-5633

2023.11 10 あきたかた

2023.11 11 あきたかた