

# みんなのPhotoひろば

子ども、ペット、風景、スポーツ、わが家の自慢、日常の様子など、みんなに笑顔を届ける写真を募集します。内容は市民の皆さんにお任せします！



詳しくはこちら



## わが家の猫

猫にいたずらをして私のメガネをかけました。よく見えるかな。  
蜂之助(美山)

## 岐阜女子大学との共同教室

### 今から始める**適塩教室** ～おいしく高血圧予防～

岐阜女子大学の学生による高血圧予防の教室です。食塩の摂り過ぎや高血圧の状態が長期間続くと脳血管疾患や心疾患、腎臓病などにつながります。講義と調理実習を通して、おいしく高血圧予防について学んでみませんか。

園子育て支援課 TEL22-6839

▶場所 岐阜女子大学(岐阜市太郎丸80) 食のサポートルーム

▶日程など

日程	テーマ	対象者	申込締切
7月25日(火)	適塩って何? 高血圧を知ろう!	市民か在勤者(成人)	7月14日(金)
8月15日(火)	家族みんなで楽しく適塩	市内在住の小学生とその保護者	8月 4日(金)
9月26日(火)	高血圧予防に野菜摂取	市民か在勤者(成人)	9月15日(金)

▶時間 10時～13時

▶定員 先着15人 ※要予約

▶参加費 1人600円

▶持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル

▶申込方法 子育て支援課に電話で申し込んでください。



## 編集後記

梅雨も明け、いよいよ夏本番の兆しが見え始めてきた今日この頃。暑さで食欲が減退することもあります。バランスの良い食事を心掛けていきたいですね。

夏といえば食べたいものがたくさんあります。夏野菜カレーや焼きナスを載せたそうめん、色鮮やかなかき氷…。書いていただけでお腹が空いてしまいうす。食べ過ぎに注意して、夏の暑さを乗り切ります。

今月号では大桑小学校の防災教室取材しました。近年、夏の台風や記録的豪雨が多発しており、今年も早期対策が叫ばれています。

私は、以前は災害が起きたときの避難場所を家族と共有していたのですが、引越してからは曖昧になっていたので、防災教室の後、家族と避難場所を再確認しました。一方で、以前災害用の備蓄品を小腹が空いたときに少し食べてしまったので、必要な分が揃っているか確認し、災害が起きたときに焦らないようにしたいと思います。

## 広報山県

Kouhou YAMAGATA

発行 山県市  
〒501-2192  
岐阜県山県市高木1000-1

編集 総務課人事秘書室  
TEL 0581-22-6821  
FAX 0581-27-2075

URL <https://www.city.yamagata.gifu.jp/>  
E-mail [info@city.gifu-yamagata.lg.jp](mailto:info@city.gifu-yamagata.lg.jp)

