

巡回道は市街へ至る近道でもあります。途中には獅子家・経家など古い伝説を秘めた跡地が残っています。

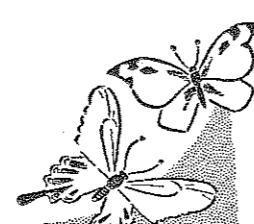
やわに散策

バラエティーに富んだ自然の道

-37-

巡回道

4月 ナガシタ

1 (金)		17 (日)	連盟理事長杯家庭婦人バレーボール大会(9:00~)八幡第4小学校体育館
2 (土)		18 (月)	連盟理事長杯家庭硬式テニス大会(9:30~)くすのきテニスコート 奉明の日
3 (日)		19 (火)	法律相談(13:30~)市役所1階相談室
4 (月)		20 (水)	
5 (火)		21 (木)	まちを知る会(9:00~12:00)市役所4階第3会議室
6 (水)	春の全国交通安全運動(~15日)	22 (金)	全国環境衛生週間
7 (木)		23 (土)	
8 (金)		24 (日)	八幡市議会議員選挙投票日(7:00~18:00)市内20ヵ所投票所
9 (土)		25 (月)	心配ごと相談(10:00~16:00)市役所1階相談室
10 (日)		26 (火)	市福祉年金支給(9:30~11:30)橋本公民館、(13:30~16:30)男山公民館
11 (月)		27 (水)	市福祉年金支給(10:00~11:30)農業センター、(13:30~16:30)市役所保険年金課 老人大学卒業式及び修了式(10:45~)八幡園
12 (火)	献血(受付10:00~11:30、13:30~15:30)市役所西側 家庭児童相談室出張相談(10:00~15:00)男山公民館	28 (木)	家庭児童相談室出張相談(10:00~15:00)男山公民館
13 (水)		29 (金)	
14 (木)		30 (土)	
15 (金)			
16 (土)	テレビ広報「わがまち やわた」再放映(17:00~17:15)KBS京都		

<4月の一口メモ>

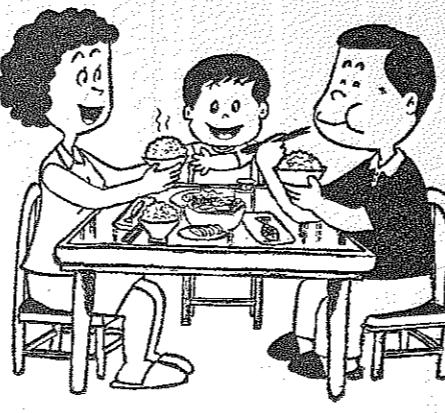
【月喩名】

- 卯月(うづき)
- 卯花月(うのはなづき)
- 花競月(はなのこりづき)など

【時候のあいさつ】

- ・若草もえる季節
- ・新緑若葉にはえで
- ・百花繚乱のみぎりなど

お米は低カロリーの美容食



いまよりかは、日本人の食生活が大きく変化してきました。それが、今日のアーバン人の生活に大きな影響を及ぼすことがあります。そこで、日本の食文化を大切にしたいと思います。

それが、今、日本で注目されるのが、「カロリーコントロール」という動植物食の考え方です。これは、小豆やパンなどの洋食の典型的な食事内容ではなく、カロリーの高い動物性脂肪を減らすことで、低カロリーの植物性脂肪を増やすことです。つまり、アーバンで忙しい生活の中でも、健康的な食生活を楽しむことができるのです。

しかし、日本の食文化は、草丈が高く、大根やねぎなどの野菜を多く含む、日本人の食文化が豊富で、その中でも、本格的な日本の食文化は、まだあまり注目されていません。しかし、日本の食文化は、まだあまり注目されていません。

そこで、この機会に、日本の食文化を紹介します。

日本の食文化は、まだあまり注目されていませんが、それでも、日本の食文化は、まだあります。

日本の食文化は、まだあります。

食生活

じほん

中心

の

まち

を

知

る

会

を開催します。

まちを

を

知

る

会

を

開

催

し

ます。

まちを

を

知

る

会

を

開

催

し

ます。

まちを

を

知

る

会

を

開

催

し

ます。

まちを

を

知

る

会

を

開

催

し

ます。

まちを

を

知

る

会

を

開

催

し

ます。

まちを

を

知

る

会

を

開

催

し

ます。

まちを

を

知

る

会

を

開

催

し

ます。

まちを

を

知

る

会

を

開

催

し

ます。

まちを

を

知

る

会

を

開

催

し

ます。

まちを

を

知

る

会

を

開

催

し

ます。

まちを

を

知

る

会

を

開

催

し

ます。

まちを

を

知

る

会

を