

くろしおっ子の学校給食良

海藻サラダ



海藻は低カロリーで、良質のたんぱく質やビタミン、ミネラルが多く、食物繊維も豊富です。

【作り方】

- ①海藻ミックス、糸寒天は水でもどしておく。
- ②キャベツ(1~2センチ程度)、きゅうり(薄切り)、にんじん(千切り)を切り、沸騰した湯でさっと湯がいて冷まし、水けを絞っておく。
- ③かにかまは、2~3センチ程度の長さに切り、ほぐしておく。
- ④Aの調味料を混ぜ合わせ、ドレッシングを作る。
- ⑤すべての食材を混ぜ合わせ、ドレッシングをかけてなじませる。

○お問い合わせ

大方学校給食センター ☎31-3201(直通)
佐賀学校給食センター ☎55-2166(直通)

●材料(4人分)●

海藻ミックス	2.5g	
キャベツ	3枚程度	
きゅうり	1本程度	
にんじん	2~3センチ程度	
かにかま	20g	
A	酢	大さじ1
	砂糖	大さじ1
	濃口しょうゆ	大さじ1/2
	塩	小さじ1/4
	サラダ油	小さじ1/2
サラダ用糸寒天	2g	

おのしこうせ

黒潮町の児童の夢を一堂に
「七夕飾りでおもてなし」

大方ライオンズクラブでは、土

佐くろしお鉄道 土佐入野駅と土佐佐賀駅で、町内小学生の作った短冊の飾り付けを行います。

子どもたちが願いを込めた七夕飾りを、ぜひご覧ください。

展示期間 7月4日(土)~7日(火)

展示場所 土佐くろしお鉄道 土

佐入野駅・土佐佐賀駅

☎090-4546-8267

第12回上林暁忌短歌大会

郷土の作家・上林暁の文業を偲び、第12回上林暁忌短歌大会を開催します。お誘いあわせのうえ、ご参加ください。(作品募集は6月末で締め切りました。)

日時 7月24日(金)

正午受付、午後1時開会

会場 保健福祉センター2階

大ホール(本庁前)

講演 「歌を楽しむ」

講師 小島ゆかりさん(歌人)

主催 上林暁顕彰会・上林暁文学館・大方短歌会

☎43-2110

☎43-2110

新規高校卒業予定者の積極的な採用をお願いします

高知県では、教育委員会や高知労働局と連携し、新規高等学校卒業予定者の就業支援を積極的に行っています。1人でも多くの若者が地元で働けるよう、来春の新規高等学校卒業予定者の積極的な採用と、ハローワークへの求人早期提出をお願いします。

☎088-823-9766

夏季の省エネルギー対策 節電にご協力ください

今夏の電力需要は、節電の定着や老朽火力の最大限の活用などを前提に、西日本全体で安定供給に最低限必要な予備率を確保できる見通しです。

四国電力管内でも、一定水準の

予備率を確保できる見通しですが、大規模な発電所のトラブルが発生した場合、安定供給ができないことが心配されます。

7月1日から9月30日までの平

日(8月13日・14日を除く)、午前9時から午後8時までの間、節電にご協力をお願いします。

※数値目標はありません。無理のない範囲でご協力ください。

☎087-811-8535

相談

「妊娠したら解雇」は違法です 雇用均等室にご相談ください

妊娠・出産などを理由に解雇したり、退職を強要することなどは、男女雇用機会均等法などで禁止されています。妊娠などを理由に不利益な取り扱いを受けたり、困ったことがあったら、左記へご相談ください。相談は無料、匿名でも受け付けています。

☎088-885-6041

☎088-885-6041