



**皆で考えよう  
もったいない食品ロス**

日本で、まだ食べることができるのに処分される食べ物の量は、年間約646万トン(平成27年実績)。国民1人あたりにすると毎日お茶碗1杯分が捨てられていることに。

もったいないという気持ちで、食品ロス削減に取り組んでみませんか?

**◆食品ロスを減らすポイント**



**食材を無駄なく使う**

消費期限までに食べ切るように、冷蔵庫の残り物で1品料理を!

**買い過ぎない**

冷蔵庫の中をチェックしてから買い物へ



**食べられる量だけ調理**

食べられる量を必要な分だけの調理を心掛ける

☎ 環境対策室 ☎ 63-7492



**食品ロスをテーマにした料理教室 参加者募集**

ワンプレートの料理やデザートなど6品を調理します。

参加は、1人1回まで



開催日	場 所
7月	22日(日) 名張近鉄ガス(桔梗が丘1)
	27日(金) 百合が丘市民センター
	30日(月) 武道交流館いきいき(蔵持町里)
8月	21日(火) 錦生市民センター
	24日(金) 桔梗が丘市民センター
	27日(月) 名張市民センター

いずれも時間は、午前10時～午後1時

対象 市内在住の小学生以上(小学生は大人の家族同伴、未就学児の同伴不可)

定員 各24人 ※先着順。参加無料

持ち物 エプロン、三角巾、手拭き用タオル

申込 6月27日(火)から各開催日の1週間前までに、電話で問い合わせ先へ

☎ 市民相談室 ☎ 63-7416



**「さわやかサッカー教室」参加者募集**

日時 8月1日(火)・4日(土)・8日(火)・11日(祝)・15日(火)(全5回)

午前9時30分～11時30分 小雨決行

場所 メイハンフィールド(夏見)

講師 名張市サッカー協会公認指導員

対象/定員 ▼幼児5・6歳男女/50人 ※親子で参加可 ▼小学1～3年生男女/50人 ▼小学4～6年生で初心者男女/20人

参加費 2,500円(全5回分。保険代含む)

※初回に受付で徴収します。

申込 7月1日(火)から20日(土)までに、HOS名張アリーナに備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、同窓口へ

☎ 名張市サッカー協会(吉岡)

☎ 090-3851-4392



**「名張音頭」普及講習会開催**  
◎参加無料

日時 7月7日(土) 午後1時30分～3時30分

場所 総合福祉センターふれあい(丸之内)

申込 開催日前日までに、HOS名張アリーナに備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、同窓口へ。ファクス可(63-5449)

☎ 名張音頭保存会(田中)

☎ 090-3939-9734

**夏休みは赤目四十八滝キャンプ場へ!**

なお、10月～来年3月末まで改修工事ため、ご利用いただけません。ご協力をお願いします。

☎ 赤目四十八滝キャンプ場 ☎ 63-9666



**武道交流館いきいきで開催 夏休み教室**



**親子で作ろう!  
ワンプレートランチ&夏のデザート**

日時 7月24日(火) 午前10時～午後1時

定員 親子10組 ※先着順

参加費 2,000円(大人・子ども/1組)

※子ども1人追加ごとにプラス500円

持ち物 エプロン、筆記用具、ふきん



**はだしで走ろう!  
夏休みかけっこ道場**

日程 7月25日(水)・27日(金)・30日(月)(全3回)

時間 ▼低学年 午前10時～11時

▼高学年 午前11時30分～午後0時30分

定員 各コース30人 ※先着順

参加費 1,500円(全3回)

持ち物 運動のできる服装、飲み物、

タオル(汗拭き用とタオル体操用の2つ)



**英語でコミュニケーション♪  
夏休みキッズイングリッシュ英会話**

日程 7月26日(水)、8月2日(水)・9日(水)(全3回)

時間 ▼未就学児 午後1時～1時45分

▼小学生 午後2時～2時45分

定員 各コース10人 ※先着順

参加費 1,500円(全3回)



**わんぱく絵画教室&  
シーサー作り教室**

■ 絵画教室

日時 ▼7月30日(月) 午前10時～正午

▼8月6日(月) 午後1時30分～3時30分

参加費 1回500円 持ち物 描く題材、画材

■ シーサー作り教室

日時 ▼7月30日(月) 午後1時～4時

▼8月6日(月) 午前9時～正午

参加費 1回700円(材料費含む)

持ち物 新聞紙2枚、粘土ヘラ、作品を持ち帰るための袋、もしくは空き箱

◎各教室、定員はいずれも20人 ※先着順



**わくわくキッズ工作教室**

■ 自分で集めた素材で立体的な創作

日時 7月31日(火) 午前9時～11時30分

参加費 1,000円

■ ①身近なものでアイデア貯金箱を作ろう

②動物貯金箱を作ろう

日時 8月9日(水) 午前9時～11時30分

参加費 ①1,000円、②1,500円(材料費含む)

◎各教室、定員はいずれも16人 ※先着順

持ち物など詳しくは、問い合わせ先へ



**小学生対象  
いきいき書道体験教室**

日時 8月1日(火) 午前10時～正午

定員 10人 ※先着順

参加費 500円 持ち物 習字道具、新聞紙



**夏休み 小学生読書感想文教室**

日程 8月3日(金)・10日(金)(全2回)

時間 ▼低学年 午前9時30分～10時30分

▼高学年 午前11時～正午

定員 低学年8人、高学年10人 ※先着順

参加費 1,000円(全2回)

持ち物 読んだ本、原稿用紙、筆記用具



**親子DEヒップホップ**

おじいちゃん、おばあちゃんとお孫さんもOK

日時 8月20日(月)・24日(金)(全2回)

いずれも午後1時～2時

定員 30組 ※先着順

参加費 子どものみ1人…1,000円(全2回)

親子…1,500円(全2回、大人・子ども/1組)

※5歳以上の子ども1人追加ごとにプラス500円

持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオル、

室内用上履き

◎ 申込は、いずれの教室も 6月27日(火)から7月17日(火)までに武道交流館いきいき備え付けの用紙に必要事項を記入し、参加費を添えて同窓口へ ☎ 武道交流館いきいき ☎ 62-4141

**読者の声**

5-2号掲載「やなせ宿は10周年」について ▼「ワンデイシェフ」に興味を引きましたが、価格の表示があれば行きやすいと感じた。▼やなせ宿の名前だけは知っていましたが、どのようなところが全く知りませんでした。興味のある催しもされているのでぜひ行ってみたいです。