

### ホタル来るかな？▶

葉山小学校のビオトープ委員会では、校内にあるビオトープの管理や清掃をしています。今でもここでホタルの姿を見ることができるそう！

児童たちは「一生懸命手入れして、来年もホタルや他にも色々な生き物が来てくれたらいいな」と話していました。  
\*ビオトープとは……色々な生き物が互いに関係しあって暮らす空間のこと。



### ◀まちづくり展で体験

7月4日(金)～6日(日)、福祉文化会館で葉山まちづくり展が開催されました。訪れた南郷中学生は、様々な展示を見たり、体験をしたりと町について学びました。南郷中学校とまちづくり協会加盟団体との活動は、来月号に掲載予定です。



### ★健康レシピコーナー

#### トマトでイタリア風に♪ トマトの冷製そうめん

エネルギー 538kcal 塩分 1.9g(一人分)

#### ●材料 (二人分)

そうめん：200g	にんにくすりおろし
トマト：大2個	：少々
オリーブオイル	レモン汁：大さじ1
：大さじ1½	ツナ缶詰：70g
塩：小さじ½	枝豆(正味)：30g
黒こしょう：少々	大葉：2枚



#### ●作り方

- ① トマトは湯むきし、皮をむいてひと口大に切る。ボウルにトマト、オリーブオイル、塩、黒こしょう、にんにく、レモン汁を加えてよく混ぜ、汁気を切ったツナ、枝豆を入れてよく混ぜ合わせる。
- ② そうめんは熱湯で1～2分ゆで、冷水で冷まし、水気を切る。
- ③ ①と②をよく混ぜ合わせ、器に盛り付けて大葉(千切り)をのせる。

問合せ 保健センター ☎875-1275

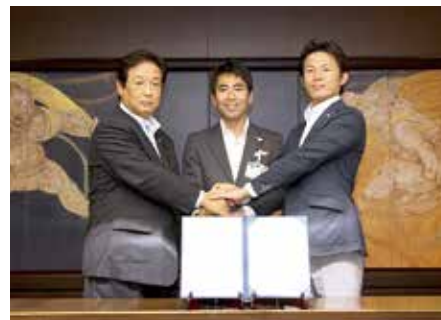
#### ★管理栄養士からの一言★

食欲が落ちている時こそ、ビタミン豊富な野菜類、良質なたんぱく質を含む肉・魚・卵、豆腐類を意識してとりましょう。

### 横須賀市・三浦市・葉山町

#### 消防通信指令事務協議会

7月1日(火)に「横須賀市・三浦市・葉山町消防通信指令事務協議会」設置の調印式が2市1町の首長によって行われました。



▲三浦市長(左)、横須賀市長(中央)と葉山町長(横須賀市役所にて)

119番通報の受付や消防車・救急車の出動指令など指令業務を来年4月1日から共同実施します。

問合せ 消防本部 消防総務課  
☎876-0146

## 町長と葉山のはなし

### 山梨崇仁町長コラム

Vol.5 高齢化と健康

—シルバーより輝くゴールド—



▲若者に負けないパワーが溢れています

今月号の表紙、良いですよね。「葉山の幸齢化率、上昇中」役場の女性職員が考えたキャッチコピーです。年を重ねる幸せ。葉山に健康で幸せな笑顔をどんどん増やしたい、

そんな思いを込めたそうです。そして「笑顔じゃないともったいないですよ」と二人のお言葉、おっしゃるとおりです(笑)。

暑い夏空も、ふと見上げれば、葉山には笑顔の素がたくさん。潮の香りや緑の香り、虫の声に爽やかな風、人々のあいさつの声。仕事や家事、勉強から離れ、五感にまかせて感じられること、それがこの町の空間の魅力です。

県内33自治体のうち、葉山は8番目に高齢化率が高いですが、実は75歳以上の医療費は、下から7番目と低いのが特徴です(平成24年度神奈川県後期高齢者医療事業報告書より)。つまり健康な高

齢者が多いのです。シルバー世代とは言いますが、私はそういう元気な先輩たちが知識や経験を活かし、町の中でゴールドに活躍していただけることに期待しています。

一方で、今と将来の責任世代として、私たち現役はさらに元気でなければなりません。食生活、運動不足、様々な不摂生など……皆さんいかがですか？

来年の葉山町行政テーマはまちいっぱい「健康」でいきます。

## ごみの戸別収集！

### 現状とお願い



#### ◆2か月経過

ごみの資源化・減量化を進めるために始めた戸別収集・資源ステーション方式。当初は、

収集に時間がかかったり、収集忘れがあったりとお迷惑をおかけしましたが、現在は順調に収集しています。

#### ◆収集現場から

分別や出し方に誤りがある時には、ごみ袋に収集できない理由を記したシールを貼ったり、直接会った時にお知らせしたりしています。

その際には、再度分別し、次の収集日に出してください。

#### ◆風対策

ごみ容器が風で飛ばされないよう、重石を利用したり、門柱などにヒモで結わいたり固定させてください。また、容器のフタと本体をヒモでつなぐと、フタの紛失防止にもなります。

問合せ クリーンセンター

☎876-1153

( 広 告 )

**返子スポーツクラブ**  
**夏休み短期教室**  
**水泳・体操**  
 3期  
 8/25(月)～8/29(金)  
 申し込み受付中!!  
 みんなの参加お待ちしてます!  
 5日連続 みっちり泳いで、ぐんぐんと進めるよ!  
 マット運動・鉄棒とび箱がうまくなるのたいお友達みんな集まれ!  
 TEL 046(873)1499

( 広 告 )

**B-line**  
 ダイエット効果抜群!!  
 油圧式マシンで筋肉を鍛え有酸素運動で体脂肪燃焼!  
 フロアーレスンで美しいカービーボディ!  
 「元氣」「キレイ」を目的にエクササイズとリラクゼーションを提供いたします。月に何回ご利用されても、追加料金はありません。営業中はいつでもどうぞ!  
 月会費 5040円~  
 詳しくはHPまたはお電話でお問い合わせください。  
 TEL 046(877)5220  
 B-line葉山元町店 検索

※広告主及び広告内容については、町が推奨するものではありません。広告内容に関する質問は、直接問合せ先までお願いします。