

| 保育区分 幼稚園名 | 3歳児保育 | 4歳児保育 | 5歳児保育 | 預かり保育 | 電話番号 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|---------|
| 高 梁 | ○ | ○ | ○ | | 22-2119 |
| 高梁南 | ○ | ○ | ○ | | 22-2320 |
| 津 川 | ○ | ○ | ○ | ○ | 22-2776 |
| 川 面 | ○ | ○ | ○ | ○ | 26-1326 |
| 巨 瀬 | ○ | ○ | ○ | ○ | 25-0101 |
| 中 井 | ○ | ○ | ○ | ○ | 28-2700 |
| 玉 川 | ○ | ○ | ○ | ○ | 22-7537 |
| 宇 治 | ○ | ○ | ○ | ○ | 29-2417 |
| 松 原 | ○ | ○ | ○ | ○ | 26-0250 |
| 落 合 | ○ | ○ | ○ | ○ | 22-6578 |
| 福 地 | ○ | ○ | ○ | ○ | 42-4136 |
| 有 漢 | | ○ | ○ | ○ | 57-3020 |
| 川 上 | | ○ | ○ | ○ | 48-3133 |

(注) ○……実施



スポーツ

第19回体力づくり なりわ健康マラソン

- ▽日時…2月5日(日)
- ▽受付…9時 成羽中学校
- ▽コース…町並みコース(3

km)、神楽コース(5km)

▽参加費…無料

▽申し込み…参加希望者は、所定の申込書と誓約書に必要事項を記入して社会教育課スポーツ振興係まで申し込んでください

▽締め切り…1月27日(金)

▽招待選手…興譲館高校陸上部 新谷仁美選手(岡山国体陸上少年女子共通3000m第1位)

■問い合わせ 社会教育課スポーツ振興係(☎9086)

第27回愛らぶ高梁 ふれあいマラソン

▽日時…2月12日(日)

▽受付…8時10分 市役所前

▽開会・閉会…元市民会館(市役所隣)

▽コース…高梁市街地

▽種目…城下町コース(8km)

■高校生以上、愛らぶコース(5km) ■中学生以上、ふれあいコース(3km) ■小学生以上、親子ファミリ

▽申し込み…1月12日(木)までに所定の申込用紙で参加費を振り込んでください

「台風14号被害義援金」および 「米国ハリケーン災害救援金」のお礼について

これまで皆さんから寄せられた義援金・救援金は日本赤十字社を通じて、被災地に送金いたしました。ご協力ありがとうございました。

- 台風14号被害義援金 総額 1,723,201円
- 米国ハリケーン災害救援金 総額 181,546円

■問い合わせ 社会福祉課社会福祉係(☎0288)

▽参加費…小中学生500円、高校生1000円、一般

2000円、親子ファミリ1500円

▽締め切り…1月12日(木)

▽招待選手…天満屋女子陸上競技部 松岡理恵選手(東京国際女子マラソン第7位。日本人選手としては第2位)

■問い合わせ ふれあいマラソン事務局/教育委員会高梁分室(☎0288)

第21回高梁市 バスケットボール大会

▽日時…2月5日(日)9時開会

▽会場…市民体育館

▽対象…市内に在住もしくは通勤、通学している人で構成されたチーム。市内のクラブチーム

▽部門…男子、女子

▽申し込み…1月25日(水)までに事務局へ

▽参加費…5000円(高校生3000円)

▽代表者会議・審判講習会…1月27日(金)19時から市民体育館

■問い合わせ 高梁市体育協会事務局(☎0288)

市民の みなさんへ

今年も早いもので、師走も半ばを過ぎ、例年のごとくまちの風情にあわただしさを感ずる頃となりました。

去る11月27日、うかん常山公園で「風ぐるまフェスタ2005 in うかん」が、盛大に開催されました。特設ステージでは郷土芸能や歌謡ショーが行われ、また、特産品の販売など、地元有漢町をはじめ、市内多くの団体からの出店で盛況に終わったところであります。

さて、今年を振り返ってみますと、この風ぐるまフェスタを「とり」に、各地域の特色を活かした色々なイベントが開かれ、わがまちの催しとして賑わいました。

また、郷土の偉人山田方谷先生の生誕200年を記念した各種イベント、市制発足1周年記念式典、さらに、第60回国民体育大会「晴れの国おかやま国体」秋季大会高梁会場での競技を盛大に開催することができました。

皆様の力が結集し、一丸となって取り組む姿に、地域への愛着やまちづくりへの熱い思いを感じ取ることができました。

そして、計画の年と位置づけられております今年度は、ご意見、ご要望などをお伺いするため、できる限り皆様のもとへ精力的に向かいまいりました。現在、市では新しいまちづくりのために各種審議会・委員会を立ち上げて、総合計画をはじめとした計画づくりを行っておるところです。市民皆様の「声」をこうした計画に取り入れていかねばと思っております。

年の瀬もいよいよ押し詰まり、何かとお忙しいことと思います。どうか健勝で輝かしい新春をお迎えになりますよう祈念申し上げます。

高梁市長 秋岡 毅



日本ふるさと会議で「新高梁市のまちづくり」と題して講演(品川区中小企業センター)

に限る)。未発表の作品に限ります。

「笑う門には福来る」楽しい作品をお待ちしています。

▽締切：1月10日（当日消印有効）

▽応募作品：官製はがき、または官製はがきサイズ（100mm×148mm）のケント紙・画用紙

▽記入事項：はがきのあて名面（裏面）に郵便番号、住所、氏名などを明記

▽賞：大賞1点3万円、準大賞1点1万円、優秀賞10点川上町特産品

▽注意事項：応募作品は返却できません

■応募先 〒716-0201
高梁市川上町地頭1834
吉備川上ふれあい漫画美術館
「漫・賀・年賀状コンテスト」係
■問い合わせ 教育委員会川上分室 (TEL) 2203

エキストラ登録者

たかはしフィルム・コミッションでは、テレビ番組や映画口ケの支援時にご協力いただけるエキストラの登録者を募集しています。お気軽にお問い合わせください。

■問い合わせ (社)高梁市観光協会内同事務局 (TEL) 046

1月の催し

子育て支援センター

保育サロン

◇14日(土) 9時30分～11時

●ままごとあそびをしよう

ままごと遊びは、大人のまねをしたり友だちと遊ぶ楽しさを認識できます。

室内で遊ぶことが多くなるこの季節、ままごと遊びで楽しみましょう。

◇21日(土) 9時30分～11時

●リズム遊びをしよう

リズムカルで動きのある遊びは、体が温まり冬の運動に最適です。

体をしっかり動かし、友だちや親子でふれ合いましょう。

■問い合わせ■

子育て支援センター TEL 2450
または、高梁保育園 TEL 2423

平成18年度幼稚園入園児

▽対象園児：市内に在住する満3歳から満5歳までの幼児（平成12年4月2日～平成15年4月1日に生まれた幼児）。ただし、3歳児保育は、すべての幼稚園では実施していませんので、ご注意ください。

▽通園区域：原則として、小学校の通学区域に準じますが、保護者の責任において、通園が可能な幼児は、希望する幼稚園に入園することができま

す。ただし、保護者が家事以外の就労をしていること等の条件があります。また、預かり保育希望幼児数が3人に満たない場合、実施できないことがあります。預かり保育料は、通常の保育料以外に、月額3000円（8月のみ8000円）とおやつ代等の実費が必要です。

▽入園手続き：入園希望の幼稚園長に入園願を提出してください。入園願は、各幼稚園にあります。

▽入園受付期間：12月19日(月)～1月31日(火)

■問い合わせ 入園を希望する各幼稚園、または学校教育課 (TEL) 9081

ヘルシーレシピ

12月

カボチャプリン (18cmのリング型1個分)

| 材料 (12人分) | 作り方 |
|-----------------|---|
| 無塩バター ……少々 | ①オーブンを170℃に温めておく。 |
| カラメルソース | ②型に無塩バターを薄く塗る。 |
| 砂糖 ……70g | ③カラメルソースを作る。小鍋に砂糖、水を入れて中火にかける。鍋を回して全体があめ色になったら火を消し、湯を加えて溶き伸ばしてから型に流し入れて冷ます。 |
| 水 ……35g | ④カボチャは皮と種を取って量り、1cm厚さに切って皿に並べてラップをかけ電子レンジで6～7分加熱する。裏ごしして、砂糖、溶いた卵を加える。 |
| 湯 ……35cc | ⑤温めた牛乳を④に加え、混ぜ合わせる。こし器でこし、生クリームと、バニラエッセンスを加える。 |
| カボチャ(正味) ……300g | ⑥温かいうちに③に注ぎ天板に移す。天板の8分目まで熱湯を注ぎ、170℃のオーブンで約40分焼く。 |
| 砂糖 ……80g | *竹串でさして卵液がついてこなければでき上がり |
| 卵 ……2個 | ⑦粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。 |
| 牛乳 ……300cc | |
| 生クリーム ……50cc | |
| バニラエッセンス ……少々 | |



昔から「冬至にカボチャを食べると風邪をひきにくい」といわれていますが、カボチャには、β-カロチン、ビタミンC、食物繊維などの栄養素が豊富に含まれているためです。

煮物のカボチャは苦手でも、プリンにすると、野菜が苦手な子どもにも喜ばれるおやつになります。カラメルソースの仕上げにラム酒を小さじ2加えると、大人向けの味になります。

栄養価 (1人分) エネルギー…118Kcal たんぱく質…2.4g 脂質…38g カルシウム…38mg 食塩…0.1g