



# 坂町公営住宅 入居者募集!

役場産業建設課 ☎820-1512

【住宅種別】一般公営住宅（鉄骨造3階建 令和元年度建設） (6月23日現在)

小屋浦一丁目住宅	
募集戸数・間取り・面積	1戸（107号室）2DK 約52㎡/戸 ※車いす用 1戸（101号室）3DK 約62㎡/戸
家賃限度額(月額) ※収入階層による	2DK 19,800円～29,400円 3DK 23,200円～34,500円
駐車場使用料(月額)	2,000円（1世帯1台に限ります。）
入居の目安	入居者数に応じてお申し込みください。2DK：1～3人、3DK：2～4人
申込期間	現在、随時募集中（申込みがあり次第、締め切ります。）※土日、祝日を除く。
申込方法	坂町営住宅入居申込書に必要事項を記入し、必要書類(申込みのしおり参照)を添えて申し込んでください。※印鑑をご持参ください。
受付場所(時間)	役場3階 産業建設課（8時30分～17時30分）
選考方法の概略	入居申込者の入居資格審査により決定します。
入居可能時期	別途通知します。

## ◆入居資格

- 同居親族（婚約者を含む）があること。
- 入居者もしくは同居者が坂町出身者（注1）、または町内に一定期間（現在まで1年以上継続して）住所を有する者（注2）もしくは町内に一定期間（現在まで2年以上継続して）勤務地を有する者。  
注1）坂町出身者とは原則、坂町に本籍を申込日まで一定期間継続して有する者をいう。ただし、入居申込者もしくは同居者の親または祖父母のいずれかが町内に住所を有している場合には坂町出身者とみなす場合がある。
- 注2）住所を有することとは、坂町の住民基本台帳に記載のあること。
- 税（市町民税、所得税等納付すべきものすべて）を滞納していない者。
- 収入が基準以内の者。  
※入居者全員の公営住宅の政令月収が158,000円以内であること。
- 入居申込者もしくは同居者が暴力団員でないこと。  
注）入居資格等詳しいことについては役場産業建設課へお問い合わせください。

## 親子で学ぼう！森のふしぎ

森林散策や木工工作体験などを通じて、森と水の関わりを学びます。

とき	7月30日（土）9時～16時
ところ	広島市・太田川源流の森（廿日市市吉和字吉和東1588番・11589番3） ※広島市水道局基町庁舎（駐車場はありません。）に集合し、貸切バスで移動
対象	坂町・府中町または広島市に在住の小学生と保護者 ※小学生のみの参加は不可
募集人数	20人（応募多数の場合は抽選）
応募方法	広島市水道局へお申し込みください。 詳しくは、広島市水道局ホームページをご覧ください。
問合せ	広島市水道局企画総務課 ☎511-6808

## 安芸消防署からのお知らせ

お出かけは	マスク戸締り 火の用心	5月の火災件数 1件（年間累計 1件）
問合せ	安芸消防署坂出張所 ☎885-0100	救急件数 63件（年間累計273件）



# 食育だより

気温や湿度が高くなる夏場は、「食欲が落ちる」「体がだるい」「疲れやすい」「寝不足」など、体調を崩しやすくなります。私たちの体は、自律神経の働きによって暑さを感じると汗をかいて熱を放散し、体温を一定に保っています。しかし、真夏の室内外の気温差を繰り返し感じるによって、自律神経の働きが乱れてしまいます。自律神経の不調は体内のさまざまな機能に影響を及ぼすため、いわゆる「夏バテ」の症状が出てきます。

「夏バテ」を予防するには、日頃から生活習慣を整えておくことが大切です。普段の生活習慣を振り返ってみて、この夏を元気に乗り切りましょう。

## ☆ポークソテー トマトソース

### <作り方>

- ① トマト、たまねぎはみじん切りにして、（トマトの汁も）ボウルに入れる。ボウルにAを加えて混ぜ合わせ、ソースを作る。
- ② 豚ロース肉は脂身と赤身の間に切れ目を入れる。1枚につき10箇所くらい。
- ③ ②に塩、こしょうをして、5分ほど置き、薄く小麦粉をつける。
- ④ フライパンにオリーブ油を入れて加熱し、③の肉を入れて中火で約5分焼き、焼き色がついたらひっくり返し、弱めの中火で8～10分焼く。
- ⑤ 焼きあがったらキッチンペーパーにとり、アルミホイルで覆って肉汁が落ち着くまで5分ほど休ませる。
- ⑥ ⑤の肉を食べやすく切って皿に盛り、①のトマトソースをかける。



材料	4人分	1人分
豚ロース肉（とんかつ用）	400g	100g
塩・こしょう	少々	少々
小麦粉	適量	適量
トマト	200g	50g
たまねぎ	40g	10g
粒マスタード	小さじ1/3	小さじ1/3
塩、黒こしょう	少々	少々
オリーブ油	小さじ2	小さじ1/2

トマトの酸味とたまねぎのうまみを生かしたフレッシュなソースを添えてみました。トマトがおいしい季節にお試しください！

## 8月の食生活改善推進員による健康料理教室（7月はお休みです）

テーマ：「レッツ！チャレンジ！クッキング！（こども料理教室）」

とき	ところ
8月4日（木） 10時～12時	小屋浦ふれあいセンター 申込み ☎886-8003
8月5日（金） 10時～12時	保健センター 申込み ☎885-3131
8月9日（火） 10時～12時	横浜ふれあいセンター 申込み ☎885-0014

**持参物** エプロン、三角巾、米100g、ハンドタオル、上履き、水分補給のお茶、持ち帰り用の容器（3個）、保冷剤、保冷バッグ

**対象** 小学生（先着順、各16名）

**申込み** 3日前までに、各会場へ申込みください。※注意事項があります。必ず事前のお申込みが必要です。

**問合せ** 保健センター ☎885-3131



毎月19日は「食育の日」！  
7月19日は家族一緒にご飯を食べよう。