



坂町公営住宅 入居者募集!

役場建設課 ☎820-1512

【住宅種別】 一般公営住宅

(4月22日現在)

項目	小屋浦一丁目住宅
構造等	鉄骨造3階建(令和元年度)
戸数・間取り等	107号室 2DK / 約52㎡ ※車いす専用
住宅使用料(収入階層による)	19,600円~29,200円
駐車場使用料	2,000円 ※1世帯1台に限る
申込期間	随時募集中 ※先着順
主な入居資格	1. 同居親族があること。(婚約者を含む) 2. 入居者もしくは同居者が坂町出身者(その親または祖父母のいずれかが坂町出身者である場合を含む)または町内に一定期間住所もしくは勤務地を有する者。(※住所の一定期間は1年以上、勤務地の一定期間は2年以上) 3. 納付すべき税等を滞納していないこと。 4. 収入が基準以内であること。(入居者全員の政令月収が158,000円以内)



町営平成ヶ浜住宅 入居者募集!

住宅に関すること(役場建設課) ☎820-1512
こども園に関すること(役場民生課) ☎820-1505

【住宅種別】 特定公共賃貸住宅(子育て世帯向け定期借家)

(4月22日現在)

項目	1号館	2号館
構造等	鉄筋コンクリート造8階建(平成17年度)	鉄筋コンクリート造9階建(平成19年度)
戸数	601号室	408号室、508号室
間取り等	3LDK / 約73㎡	2LDK / 約63㎡
住宅使用料(収入階層による)	54,000円~79,600円	47,000円~67,000円
駐車場使用料	3,000円 ※1世帯1台に限る。団地外の近接場所となる場合あり。	
申込期間	随時募集中 ※先着順	5月2日~5月16日
入居期間	入居した時から原則5年間 ※5年経過時に、最年少の同居者が18歳になる年度末まで再契約できます。	
主な入居資格	1. 同居しようとする親族に中学校就学中までの児童があること。(妊娠中を含む) 2. 納付すべき税等を滞納していないこと。 3. 収入が基準以内であること。(入居者全員の政令月収が158,001円から259,000円の範囲内。ただし、158,000円以下であっても、今後所得の増加が見込まれる場合は申込可能。)	
その他	平成ヶ浜住宅には認定こども園が併設されています。平成ヶ浜住宅に入居される方で、入園条件に該当する場合には、優先的に入園することができます。	

※生活する上で支障が生じる箇所のみ修繕を実施しています。

坂町ホームページでは、室内の様子をVR等で紹介しています。また、「申込のしおり」及び「申込書」をダウンロードできます。詳しくは、役場建設課にお問い合わせください。

坂町HP



食育だより

4月に新しい生活をスタートさせ、慣れない環境で頑張っ、その疲れが出てくるのが5月です。「体がだるい」「疲れやすい」「食欲がない」「よく眠れない」などの症状が現れることがあります。3回の食事、睡眠、休養をしっかりと、体を動かして心と体を整えるように心がけましょう。

過ごしやすい季節の5月ですが、日中は日差しが強く汗ばむほどの日もあります。急に気温が上がった時には、服装の調整やこまめな水分補給を心がけて熱中症を予防しましょう。

地震、大雨、土砂災害などの自然災害が日本各地で発生しています。

水道水、ガス、電気が使えないことを想定したポリ袋調理を紹介します。いざという時のために一度作って、体験してみてください。

☆大豆とひじきの煮物(ポリ袋調理)

<作り方>

材料	2人分
芽ひじき(乾燥)	大さじ2
干しいたけ(スライス)	大さじ2
大豆(水煮)	大さじ4
水	大さじ3
A 砂糖	小さじ1
しょうゆ	小さじ1
ごま油	小さじ1/2
ポリ袋	2枚
カセットコンロ	

一人分66kcal 塩分0.5g



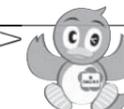
- ① ポリ袋に水を入れて芽ひじきと干しいたけを入れ、15分ほどおいて戻す。
- ② ①に大豆とAを加えて全体を混ぜ合わせる。
- ③ ポリ袋の中の空気を抜いて袋の上の方で縛る。
- ④ 鍋に水を入れてカセットコンロにかけ、沸騰したら鍋底に耐熱皿を敷いて(ポリ袋が直接鍋に当たらないようにするため)ポリ袋を入れ、ふたをしないで中火で15分加熱する。
- ⑤ 火を止めて、ふたをして15分余熱で加熱する。
- ⑥ 全体を混ぜ合わせる。

ポリ袋は、耐熱性の高密度ポリエチレン製で厚さが0.01mm以上の食品用のものを使用しましょう。ポリ袋は二重にすると安心です。一袋で二人分が作りやすい分量です。

5月の食生活改善推進員による健康料理教室

テーマ 「いざという時のために。(災害時に備えて)」

毎月19日は「食育の日」!
5月19日は家族一緒にご飯を食べよう。



《献立》

とき	ところ
5月21日(火) 10時~13時	横浜ふれあいセンター 申込み ☎885-0014
5月27日(月) 10時~13時	小屋浦ふれあいセンター 申込み ☎886-8003
5月31日(火) 10時~13時	保健センター 申込み ☎885-3131

- ・ツナとコーンのトマトピラフ(土鍋調理)
 - ・大豆とひじきの煮物(ポリ袋調理)
 - ・たまごとキャベツのスープ(ポリ袋調理)
 - ・ミックスビーンズの栗あん風(ポリ袋調理)
- 持参物 エプロン、三角巾、米75g、ハンドタオル
対象 どなたでも
申込み 3日前までに、各会場へ申込みください。
問合せ 保健センター ☎885-3131