



富士見町無料職業紹介所だより

☎産業課 商工観光係 ☎62-9342

新規募集企業一覧 (4月1日～4月30日受付分)

登録No.	業務の内容	賃金	勤務時間	事業所名
59	施設内の清掃作業等	時給 850円～ 900円	午前9時～午後4時の間の 5時間程度	多摩市立 八ヶ岳少年 自然の家
60	野菜・花き 苗の生産	時給 850円～	①午前8時30分～午後4時30分 ②午前9時～午後3時または 午前8時30分～午後4時30分 の間の3時間	植松園芸
61	夏秋イチゴ の生産販売	時給 ①1,000円 ②900円	①午前6時～9時 ②午前9時～午後3時	高原の エコース

※「紹介状」を発行しますので、まずは紹介所へご連絡ください。

上記以外にも多くの求人募集が出ています。詳細等は、特設ホームページまたは産業課 商工観光係 (2階⑩番窓口) でご確認ください。

※すでに求人終了している場合があります。ご了承ください。

○特設ホームページ

<https://www.town.fujimi.lg.jp/site/jobinformation/?=qr>



← 就職・移住説明会を開催します
6月26日(土) (予定)



考古館長と縄文の足あと

たすねる

☎井戸尻考古館 ☎64-2044

それは「文化」

昭和35年3月に行われた曾利遺跡発掘調査では、「モナカの土器」としてよく知られている水煙渦巻文深鉢(長野県宝)が出土しましたが、5号住居址からはたくさん炭が見つかりました。3年がかりで細かな炭のかげらをつなぎ合わせると、それはコッペパンのような【食品】だったのです。



この発見をきっかけに、全国のあちこちで似たような食品が見つかるようになりました。完全な炭になっていて材料が何かは分かりませんが、食べ物をそのまま煮るだけではなく、粉にひき、捏ねて焼き上げるというのは、原始的な人類にできることではありません。それはもう、立派な「食の文化」だと言えるでしょう。

現在の井戸尻考古館が建つ場所が、その曾利遺跡です。足元に眠る先人たちの「文化」を感じるかもしれませんね。



▲コッペパン? ハンバーグ?

「食育推進チーム」だより

☎住民福祉課 保健予防係 ☎62-9134

“毎日食べよう! 350gの野菜”



毎日の食事で、野菜はどのように食べていますか。350gの野菜を生のまま食べようとすると、けっこう大変です。サラダの他にも、野菜炒めや煮物、揚げ物など調理法を工夫して野菜のカサを減らすと、たくさん食べられます。

野菜たっぷり 具だくさんみそ汁

〈材料〉(2人分)

- ・大根 ……………70g
- ・もやし……………50g
- ・えのき……………20g
- ・みそ ……………約20g
- ・かぼちゃ…………50g
- ・ネギ……………1/2本
- ・キャベツ……………50g
- ・小松菜……………50g
- ・油揚げ……………1/2枚
- ・粉末にぼし…小さじ1と1/2



〈作り方〉

1. かぼちゃ、大根は食べやすい大きさに、キャベツ、小松菜は3cm程に、えのきは3等分に切る。
2. だしの入った鍋にえのき以外の野菜を入れる。
3. 野菜が柔らかくなったら、えのきと油揚げを入れて、みそを加える。

このみそ汁に卵を落とすと、栄養たっぷりのおかずが手軽に摂取できて良いですね。(富士見町食生活改善推進協議会)

こんにちは おたっしゃ広場です

☎地域包括支援センター ☎62-8200

からだを動かしましょう!

昨年8月から勤務しているスタッフの長尾直門です。「介護予防」の地域おこし協力隊として、福岡から来ました。通い続けたいくなる楽しいおたっしゃ広場を常に考えています。よろしくお祈りします。



暖かく、過ごしやすい日が多くなりましたね。運動をするのもとても良い気候です。

現在おたっしゃ広場では、富士見と境(清泉荘体育館)でいろんな体操教室を運営しています。

三密回避のために定員制とし、ご年配の方や独居で人と会う機会が極めて少ない方、心身に不安がある方などに優先的にご利用いただいています。

教室参加を希望しているのにご案内できない方には、感謝と共に大変申し訳なく思っています。ご希望に添えないこともあります。ありますが、気になることがあれば、お気軽にご相談ください。



皆さん、私と一緒に楽しいおたっしゃ広場にしましょう!