



## 富士見町無料職業紹介所だより

問 産業課 商工観光係 ☎62-9342

新規募集企業一覧 (1月1日～1月31日受付分)

登録No.	業務の内容	賃金	勤務時間	事業所名
50	PCでの書類作成、来客・メール・電話対応等	時給 1,000円 ～1,250円	午前8時～午後5時	農事組合法人 チバナーゼリー 八ヶ岳農場
62	ビニールハウス内での花苗生産、花種子交配作業	時給 900円 ～910円	午前9時～午後3時	住化農業資材 株式会社 富士見農場

※「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。

富士見町では、事業所から求人情報の受付を行い、順次、職業紹介所で紹介・あっせんしています。

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②番窓口) でご確認ください。

○特設ホームページ

<https://www.town.fujimi.lg.jp/page/syusyokuijuu.html>



## 富士見町就職・移住説明会を開催!



多くの町内企業が参加する説明会です。就職・再就職・企業研究にぜひお役立てください。詳細は19ページをご覧ください。

## 「食育推進チーム」だより

問 住民福祉課 保健予防係 ☎62-9134

“毎日食べよう! 350gの野菜”



野菜をたっぷり食べるためには、数種類の副菜を作り置きしておくとう便利です。山盛りのサラダは嫌がられてしまうけど、色々なものを少しずつなら、無理なく、おいしく食べられます。

彩りはなまる

キャロット・ラペ(副菜)

〈材料〉 (保存容器1つ分)

・にんじん…2本

★オリーブオイル…大さじ2

★酢…大さじ5 ★砂糖…小さじ1 ★塩…少々

★ブラックペッパー…お好み (あらびきがオススメ)



〈作り方〉

1. にんじんを千切りにする

2. ★の調味料をすべて混ぜ合わせる

3. ①に②をよく和えてできあがり

※消毒した保存容器に入れれば、冷蔵で4～5日保存できます

さっぱりした副菜は箸休めにぴったり。彩りもきれいで、スライサーを使えば千切りも簡単です。

(レシピ: 富士見小学校)



## 考古館長と縄文の足あと

問 井戸尻考古館 ☎64-2044



うずまさもんあさがおがたどき  
▲渦巻文朝顔型土器

## その日、何が?

この土器は2011年に池袋区ひなたの日向遺跡で出土しました。

いまから5,400年ほど前、縄文時代前期末ごろの土器で、豊かな立体装飾を持つ土器に比べるとむしろ、すっきりと洗練されたプロポーションに、中期の土器とは違う美しさを感じます。

実はこの土器、上半部はお墓の穴と思われる7号小竪穴から、底(下半部)は15m離れた13号住居址から出土したものが、つながったのです。私はその様子から、13号住居の住人が亡くなって墓に葬られるとき、土器を壊して一緒に埋め、底だけ家に持ち帰ったのではないかと推測しました。

遺跡の発掘をし、発見されたものから当時の生活について研究することは、時に推理小説のよう。皆さんはどう思いますか?



5,400年前の謎は難解です

## こんにちは包括支援センターです

問 包括支援センター ☎62-8200

### 「歯」と「口」の健康

『固いものが食べにくい』『お茶や汁物でむせる』など、お口の不具合はありませんか?

歯と口の状態が悪化すると、食が細くなり、体力が低下していきます。歯と口の健康を維持するためには、日ごろのお手入れが大切です。

### 歯とお口の健康を保つポイント

- ① 歯磨き・義歯の掃除などで口の中を清潔に保つ
- ② 定期的に歯科医院に行き、歯と口、義歯の状態を診てもらおう
- ③ 「唾液腺のマッサージ」をする  
※詳しいやり方は「広報ふじみ1月号」の健康ふじみ通信(12ページ)をご覧ください
- ④ 口腔体操で口を動かす。
  - ・口を閉じたまま、ほおをふくらませたり、すぼめたりする
  - ・口を大きく開け、舌を出したり引っ込めたりする
  - ・舌を出して上下、左右に動かす
  - ・「パ、タ、カ、ラ」と発音する(3回)