



東播磨版の問い合わせは  
東播磨県民局総務企画室総務防災課へ  
〒675-8566 加古川市加古川町  
寺家町天神木97-1  
☎079(421)9257  
☎079(424)6616

ホームページ 東播磨県民局  
加古川総合庁舎 ☎079(421)1101(代表)  
困ったとき、まずは[さわやか県民相談]へ  
☎0120(26)7830(携帯電話からは代表番号へ)  
【受付】平日(祝日等を除く)9時~17時30分

## 10月は ひょうご 食育月間 です

# “食育”と“食の安全・安心”で 元気な東はりま

東播磨県民局では、「食育」と「地産地消」を推進するため、新鮮で安全・安心な地場産品を使った、「野菜たっぷり」「うす味で美味しい」「大豆製品をうまく活用」など、健康づくりに配慮した「東はりま発ヘルシーメニュー」を紹介しています。

☎加古川健康福祉事務所健康管理課  
☎079(422)0002 ☎079(422)7589

お家時間を  
楽しみたい



子どもと  
一緒に料理を  
楽しみたい

バランスの  
良い食事を  
楽しみたい

みんなで作って食べよう!

## 東はりま発 ヘルシー メニュー



### ヒガシハリマ食堂

東はりま発ヘルシーメニューを紹介するホームページです。

東播磨地域の野菜摂取量(20歳以上)は、目標量よりも80~110%不足\*しています。小鉢1つ分がおよそ70%。[ヒガシハリマ食堂]を活用して野菜不足を解消しましょう。

\*平成28年度「ひょうご食生活実態調査」結果より

ホームページは  
こちらから↓



クックパッドでも  
メニューを  
配信中

海老と野菜の  
ジュレ丼

こんなにレシピがいっぱいです



ヘルシーで  
野菜たっぷりピザ



かぼちゃの  
オムレツキッシュ



野菜  
トリドリ袋煮



野菜スコーン



鮭キャベツ

TAKE OUT



### テイクアウト・デリバリーを 安全に利用するために

食中毒防止のため、持ち帰りや出前は  
すぐ提供、すぐ食べるを心掛けましょう。  
秋口でも気温の高い日は要注意です。

飲食店の皆さんへ テイクアウト・デリバリーの際は下記を心掛けましょう。

- 持ち帰りや宅配等に適したメニュー
- 施設設備の規模に応じた提供数
- 加熱は中心部まで十分に
- 調理済み食品の適切な温度管理
- 消費者への情報提供(速やかに食べるよう口頭説明やシールの貼り付け)

☎加古川健康福祉事務所食品薬務衛生課 ☎079(422)0004 ☎079(422)7589

### インフォメーション イベント等は延期・中止 場合があります

#### みんなで作ろう 「東播磨フォトマップ」

東播磨地域の風景や文化、グルメ等の写真を募集します。パソコンかスマートフォンからURL  
(<http://www.e-harima-tourism.jp/special/pms>)にアクセスの上、写真を投稿してください。

令和3年2月26日(金)まで

東播磨フォトマップ事務局  
(神戸新聞事業社内)

☎079(423)0434

E [photomap@e-harima-tourism.jp](mailto:photomap@e-harima-tourism.jp)

見に来てや! 東はりま



#### 県立考古博物館特別展 「兵庫ゆかりの武将たち —明智光秀とその時代—」

天下統一へ向けて活躍した武将の資料や戦いの様子を伝える資料などを展示します。

10月10日(土)~11月29日(日)9時30分~17時(入場は16時30分まで)

同館特別展示室

一般500円、大学生400円、高校生以下無料

同館

☎079(437)5589

☎079(437)5599

#### ひょうご県民がんフォーラム

「ここまで来た最新の肺がん治療~ロボット手術と免疫複合治療~」をテーマに、ロボットテクノロジーによる高精度手術などについて講演します。※オンライン開催も検討中

10月24日(土)14時30分~16時25分

県民会館9階けんみんホール 無料

10月16日(金)までに電話、ファクス、メール、関西労災病院ホームページ専用フォームから関西労災病院医事課副島へ

☎06(6416)1221(内線7193)

☎06(6416)1649

E [ijika@kansaih.johas.go.jp](mailto:ijika@kansaih.johas.go.jp)

#### 10月は 近畿府県不正軽油追放強調月間

軽油引取税の脱税防止のため、軽油の抜き取り調査等を集中的に実施します。

●不正軽油は、軽油に灯油やA重油を混ぜて、軽油と称して流通しているものです。

●不正軽油は環境汚染の原因となり、悪質な脱税行為を伴う犯罪で、製造・売買した人は罰せられます。

加古川県税事務所課税第2課

☎079(421)9604

☎079(421)4732