

大磯運動公園・福祉センター・嶋立庵の 指定管理者が決定しました

平成28年4月から5年間、次の施設の管理運営を行う指定管理者が決まりましたのでお知らせします。



施設名
①大磯運動公園
指定管理者
株式会社ランナーズ・ウェルネス



施設名
②大磯町立福祉センター
指定管理者
社会福祉法人大磯町社会福祉協議会



施設名
③嶋立庵
指定管理者
日本環境マネジメント株式会社

☎ ①都市計画課 ☎内線221 ②福祉課 ☎内線314 ③産業観光課 ☎内線334

事業名	担当課名	評価結果			
		A 適当	B 改善継続	C 抜本的見直し	D 休止
国府支所庁舎維持管理・運営事務事業	町民課		○		
ふれあい会館運営事業	福祉課			○	

町民の視点で事業をチェック！ 行政評価（外部評価）結果

町は、より効果的で効率的な行政運営を進めるため、11月28日（土）に学識経験者などで構成する行政評価委員会による外部評価を実施しました。今年度は2名の町民の方に参加いただき、事業に対する意見を述べていただきました。

結果の詳細は、町ホームページや町民情報コーナーで閲覧できます。

なお、評価結果は、町の最終判断ではありませんが、結果を参考に各事業を検証して見直しの方向性を定め、予算編成などへの取組みを行っていきます。

☎ 政策課 ☎内線229

こんにちは 栄養士です 疲れた胃腸をリセットしましょう！

忘年会に新年会、お正月のご馳走と、年末年始はお酒を飲んだり、一日中ドラドラ食べたりと、何かと胃腸に負担がかかります。

胃腸に優しい食べ方とは？

●よく噛んで食べる
よく噛むことで食べ物が小さくなったり、唾液の分泌がよくなったりするので、消化能力が高まります。

●脂肪分を控える
揚げ物や炒め物、油がたくさん含まれている食べ物は消化に時間がかかり、胃の中にとどまる時間が長くなります。

●冷たいものを摂り過ぎない
胃が冷えていると消化活動も滞ってしまいます。温かい食べ物や飲み物を摂って、体を中から温めましょう。

●腹八分目を心がける
食べ過ぎると、胃腸は消化のためにフル活動します。腹八分目を心がけ、胃腸への負担を減らしましょう。

1月7日に七草粥を食べましょう

1月7日は人日の節句で、邪気を払い、無病息災を祈って七草粥を食べる習慣があります。

春の七草はせり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろです。

この中のすずなはかぶ、すずしろは大根のことです。かぶや大根には消化を助けるジアスターゼが含まれています。

あつさりとした味わいのお粥は、濃い目の味のお正月料理が続いた後には少しほっとする味わいです。また、胃腸に負担がかからないお粥は、お正月のご馳走で疲れた胃にちょうど良く、昔から伝わる行事食は本当に理にかなったものが多いですね。

本紙の裏表紙で紹介している「Oisoreシピ」は七草粥です。

ぜひ、作ってみてください。

今年度のOisoreシピの募集は1月8日（金）までです。

小・中学生の皆さん、自慢のレシピをお待ちしています。



☎ スポーツ健康課 小宮山
☎内線319