



消防協力者に対する表彰式

10月1日、小川消防署嵐山分署において火災発見・通報・初期消火を行った町民5名の方々に対する表彰式が行われました。

皆さまは6月12日、志賀地内で発生した火災において119番通報や消防職員への現場案内のほか、およそ20杯のバケツリレーで消防隊が到着するまで消火活動を行いました。これらの行動がなければ、火災は東武東上線線路上空に設置されている電線に燃え移っていた危険性が高く、東武東上線全域の列車運行と乗車乗客に甚大な被害を及ぼす恐れがありました。皆さま、ありがとうございました。



・内田ミキエさん・佐野さかえさん・室岡翼さん・島村雄大さん・山口康彦さん

生き生きふれあいプラザやすらぎの自衛消防訓練

9月29日、「生き生きふれあいプラザやすらぎ」において、火災を想定した避難訓練、水消火器による消防訓練、胸骨圧迫による心肺蘇生法、自動体外式除細動器（AED）の演習を行いました。

皆さま、安心してやすらぎにお越しください。

なお、当館は現在、制限付きで再開しております。詳しくは、やすらぎへ直接お電話してください。

生き生きふれあいプラザやすらぎ ☎61-0456



◆生産者紹介1
金子敬子さん（花、野菜）

旬を食べてよう!
嵐山の季節の農産物・加工品紹介 No.5

旬の野菜やおすすめ加工品を、嵐山の生産者や直売所のコメントとともに紹介します。

◆直売所より
今月のおすすめは、白菜、ほうれんそう、ブロッコリーなどの冬野菜です。ほうれんそうはスーパーで一年中買える野菜になりましたが、旬は冬です。寒さで身が凍らないよう糖分を蓄えるため、甘みが強く、ビタミンCも夏の3倍あると言われています。旬の野菜を食べることで免疫力を高めましょう。



◆生産者紹介2
石井貞治さん（野菜）

◆どんなものを作っているか
自分の好きな花（クリスマスローズ・ミモザなど）や自分が食べたいと思う野菜を中心に育てています。今はピオラの最盛期。冬の寒さにも強く秋から春まで長い間楽しむことができます。花壇や寄せ植えに最適です。

○農業へのこだわり
仕事や家事で思うように畑の世話が出来ないこともあります。「好きなもの・興味のあるものを無理せず栽培」を心がけています。花も野菜もお客様も私も笑顔になるものと思っています。クリスマスローズやミモザは花の少ない2月下旬頃から咲き始めるので、今から楽しみです。

○やりがい
知人の誘いで直売所に入会しました。他者があまり作っていない花や野菜を出荷することもあり、直売所で買ってもらえると嬉しいです。「同じ趣味の方が嵐山町にいる!」という気持ちになり、励みになります。



ミモザの苗

◆どんなものを作っているか
ほうれんそうの施設栽培がメインで、ハウスは14棟あります。きゅうり、ナス、ジャンボいんげん、しいたけ、ニラなど色々やりますが、この辺の人があまり作らないものだと葉ニンニクかな。葉ニンニクは、ニンニクの香りがして、ニラ玉のニラの代わりや、刻んで餃子などに入れると美味しいですよ。

○農業へのこだわり
ほうれんそうは夕方に収穫してから保冷庫で寝かせて、翌日出荷したほうがビタミンC含有量が高いし、しいたけは日光に当たったほうがビタミンDが増える。採れたてならいいというわけではなく、野菜に合わせた美味しさや栄養価がいちばん高くなるタイミングを考えたうえで出荷しています。

○やりがい
震災を機に嵐山町に引っ越してきて、嵐山直売所に野菜を出荷するようになり10年ほど。今は農林公園の直売所にも野菜を出しています。最初は売れるか心配でこっそり見に行ったりもしていたくらい。今では、名前を見て野菜を買ってくれるお客様もつきました。これからも地道にコツコツと農業を続けていきたいです。

◆どんなものを作っているか
ハウスは14棟あります。きゅうり、ナス、ジャンボいんげん、しいたけ、ニラなど色々やりますが、この辺の人があまり作らないものだと葉ニンニクかな。葉ニンニクは、ニンニクの香りがして、ニラ玉のニラの代わりや、刻んで餃子などに入れると美味しいですよ。

○農業へのこだわり
ほうれんそうは夕方に収穫してから保冷庫で寝かせて、翌日出荷したほうがビタミンC含有量が高いし、しいたけは日光に当たったほうがビタミンDが増える。採れたてならいいというわけではなく、野菜に合わせた美味しさや栄養価がいちばん高くなるタイミングを考えたうえで出荷しています。

○やりがい
震災を機に嵐山町に引っ越してきて、嵐山直売所に野菜を出荷するようになり10年ほど。今は農林公園の直売所にも野菜を出しています。最初は売れるか心配でこっそり見に行ったりもしていたくらい。今では、名前を見て野菜を買ってくれるお客様もつきました。これからも地道にコツコツと農業を続けていきたいです。



薬ニンニクの栽培

[広告]

ほっとする整体院

背中を優しく揺らして症状を根本から改善

医学也会も認めた確かな技術で免疫力に火をつける

- 自律神経の乱れ
- 頭痛・ストレス
- 寝つきが悪い
- 肩こり・腰痛

無痛整体
ゆがみ取り

初回特別価格
~~6,000円~~ → 3,000円

比企郡嵐山町菅谷152-3 ☎0493-81-4881
営業時間 AM9:00~12:00 PM2:00~8:00
定休日 水曜・祝日、日曜午後 ★予約優先★

資格・柔道整復師・日本DRT協会認定院

ネット予約

[広告]

7つの防衛策

失敗しない塗装工事

外壁・屋根塗装をご検討中の方へ 工事前はほとんどのお客様が不安だったようです。トラブルに巻き込まれないためのポイントをまとめた小冊子『失敗しない塗装工事7つの防衛策』を30名様に無料贈呈!

内容は... ①見積書の比較の仕方。②確実な工事をさせるための魔法の一言 ③価格のからくり など

今回、本誌読者限定 先着30名様にプレゼント (同業者様の請求はお断り)

ご希望の方は、今すぐ 郵便番号・ご住所・お名前・連絡先を24時間録音テープ案内『0120-552-208』まで。

お問い合わせ『長寿命住宅研究会』 埼玉県鶴ヶ島市富士見2-11-32長谷川ビル おうち工房