

富士吉田スポーツ協会から

FRP(ファンクショナルローラーピラティス®)

フォームローラーを用いて行うピラティスです。体幹を鍛えたい方などにお勧めです。

日時■12月13日～2月28日(毎週火曜日 全10回) 午後8時15分～9時15分/**場所**■鐘山総合体育館 スポーツ教室/**持ち物**■ヨガマット・水分補給用飲料・タオル/**定員**■18名/**参加料**■5,000円

ZUMBA(ズンバ)

ラテン系の音楽とダンスを融合させたダンスエクササイズです。楽しく有酸素運動ができます。

日時■12月14日～3月1日(毎週水曜日 全10回) 午後8時15分～9時15分/**場所**■鐘山総合体育館 スポーツ教室/**持ち物**■体育館履き・水分補給用飲料・タオル
定員■18名/**参加料**■5,000円

ペルヴィス・ワーク～骨盤調整プログラム～

骨盤を中心に全身を調整し、体の歪みを整えていきます。

日時■12月16日～3月3日(毎週金曜日 全10回) 午後8時15分～9時15分/**場所**■鐘山総合体育館 スポーツ教室/**持ち物**■ヨガマット・水分補給用飲料・タオル/**定員**■18名/**参加料**■5,000円

トレーニングルーム初心者講習会

利用するには初回講習の受講が必要です。予約制になりますので、希望の方は電話で予約してください。高校生以上が利用できます。

日時■12月7・14・21・28日(水) 午後6時15分
3・17・24日(土) 午後3時30分

申込み・問合せ■富士吉田スポーツ協会
☎24-3633



催し物 events

富士の里市民大学～12月必修講座～

日時■12月15日(木) 午後1時30分/**場所**■市民会館小ホール/**講師**■松田 栄子氏 (東洋大学社会学部社会心理学科教授)/**テーマ**■「睡眠中の夢と心の健康」
受講料■無料

問合せ■生涯学習課 ☎内線523

第25回芙蓉文化賞受賞記念 尾崎ユタカ銅版画展

第25回芙蓉文化賞受賞を記念し、尾崎ユタカ銅版画展を開催します。

日時■12月23日(金) 午後1時～5時
24日(土)・25日(日) 午前9時～午後5時

場所■市民会館3階ギャラリー

※芙蓉文化賞とは、富士吉田文化振興協会がこの地域の文化向上に資することを目的に、富士北麓地域において特に優れた文化的業績を挙げ、広く国内外の評価を受けて活躍中の個人または団体を顕彰するものです



問合せ■市民会館 ☎23-3100

無料相談



●法律相談

6日(火)・20日(火)
1月4日(水)・17日(火)
午後1時～4時 市役所東庁舎2階
◎予約制(電話で事前予約/1人20分間、1日9人まで)

◎相談日の1カ月前から受け付けます。
対象は市民の方のみで、相談内容は1人1件とし、代理人による相談はご遠慮ください。
問合せ■市民協働推進課 ☎内線203

●司法書士相談

(山梨県司法書士会富士吉田支部)
12日(月) 午後1時～4時
※電話相談も可 市役所東庁舎2階
問合せ■市民協働推進課 ☎内線203

●教育相談

毎週月～金曜日(要予約) 午前10時～正午、午後1時～4時 市役所東庁舎4階
※電話相談も可
☎24-7044(専用) ☎0120-24-7044
問合せ■教育研修所

●不動産相談

20日(火) 午後1時～4時
市役所本庁舎2階
※予約不要
問合せ■市民協働推進課 ☎内線203

●行政相談

21日(水) 午後2時～4時
市役所東庁舎2階
問合せ■市民協働推進課 ☎内線203

●人権・身上相談

第2・4金曜日 午後1時～4時
市役所1階 相談室
問合せ■福祉課 ☎内線113

●婦人相談(配偶者による暴力など)

火・水・木曜日 午前9時～午後4時30分
市役所1階 福祉課 ※電話相談も可
問合せ■福祉課 ☎内線164

●税の無料相談

14日(水) 午後1時～4時 市役所東庁舎2階
※相談は事前予約制(開催日前日の午前中までです)
予約連絡先■東京地方税理士会大月支部
事務局 ☎22-8481
問合せ■収税課 ☎内線121

●家庭児童相談

月～金曜日 午前9時～午後4時
子育て支援センター1階 ※電話相談も可
問合せ■子育て支援課 ☎内線562

●消費生活・多重債務相談

月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～正午 午後1時～4時30分
富士吉田市消費生活センター(市役所東庁舎1階)
☎22-1577(相談専用)

●年金相談

12月は富士吉田商工会議所での相談はありません

●発明(工業所有権)相談

13日(火) 午後1時～4時
富士吉田商工会議所(弁理士 堀内 正優)
☎24-7111
※要事前予約(開催日前週の金曜日まで)

●記帳・税務相談

20日(火) 午前10時～午後4時
富士吉田商工会議所 ☎24-7111
※相談対象:会員

催し物

イベント・スポーツ大会などの催し物

新規就農相談会

日時■12月17日(土) 午前10時～午後4時/**場所**■県庁防災新館 オープンスクエア/**内容**■山梨県就農支援センターによる就農支援制度や研修などの紹介、指導農業士および青年農業士による自営就農についての相談、県内の農業生産法人などによる雇用就農についての相談
問合せ■山梨県農業振興公社 ☎055-223-5747

富士山自然ガイドスキルアップセミナー 2022

講師を招き、富士山とその周辺の自然ガイドに役立つ、最新の研究と実践を通して分かってきたことをお伝えする講座です。

日時■1月14日(土) 午後1時30分～4時/**場所**■富士山科学研究所 本館1階ホール、オンライン/**テーマ**■山の動きに応じた安全行動をとるためには?/**講師**■酒井慎一 教授(東京大学総合防災情報研究センター)/**参加料**■無料/**申込開始日**■12月14日(水)/**定員**■先着50名
※詳しくはホームページをご覧ください
問合せ■富士山科学研究所 広報・交流担当 ☎72-6206

シニアのための職場体験相談会を開催します

企業ごとのブースを訪問し、採用担当者から事業内容や仕事内容を聞き、その場で職場体験の申し込みが出来ます。

日時■12月16日(金) 午後1時30分～3時30分
場所■ベルクラシック甲府/**対象**■55歳以上の方
申込み・問合せ■県シルバー人材センター連合会 ☎055-228-8383
県労政雇用課 ☎055-223-1562

まつぼっくりでクリスマスツリーを作ろう

まつぼっくりに飾りをつけて、かわいいクリスマスツリーを作ってみよう。

日時■12月17日(土) 午前10時～正午、午後1時～4時
場所■ふじさんミュージアム
参加料■100円/**申込み**■不要
問合せ■ふじさんミュージアム ☎24-2411



風水カラーフラワーアレンジ

プリザ・アーティフィシャルフラワーを使って、来年の風水カラーのアレンジを作ります。ラッキーカラーを飾って、邪気を吹き飛ばしましょう。

日時■1月14日(土) 午前10時～正午/**場所**■市民会館 3階 会議室/**受講料**■4,000円(材料費、講師料込)
定員■先着10名/**講師**■花工房けい 横松 景子氏/**持ち物**■花ばさみ、ワイヤーが切れるペンチ、ポンド、カッター、持ち帰り用袋、グルーガン(お持ちの方は持参してください)/**申込期間**■12月5日(月)～23日(金)
申込み・問合せ■生涯学習課 ☎内線522



元旦マラソン

日時■1月1日(日) 午前9時 スタート:午前9時30分
場所■市役所中庭 ※ランニングができる服装/**コース**■市役所⇒小室浅間神社⇒北口本宮富士浅間神社⇒市役所(約6.5km) ※レースではありません/**参加料**■無料 ※当日受付/**その他**■参加賞と飲料サービスあり
問合せ■富士吉田市陸上競技協会 渡辺 ☎090-8688-9211

LINE公式アカウント
友だち募集中
@fujiyoshidashi

LINEの「友だち追加」からID検索するか
QRコードをスキャンしてください。

有料広告



シール集めて社会貢献

- ◆売上の一部が社会貢献に使われます。
- ◆シールを集めると商品券として使えます。

商業連合会加盟商店会

- 富士ゑびす商店会 ●中央通り商店街 ●七日会 ●本町名店街 ●のれん会
- 稲荷坂商店会 ●本町三丁目商栄会 ●本町二丁目商店街 ●月江寺大門商店会

富士吉田市商業連合会 TEL:24-7111



司法書士無料相談

日時■12月21日(水) 午後1時～4時/場所■Q-STA 地下1階/相談内容■相続・遺言・成年後見・登記に関する相談、家・土地に関する相談、会社に関する相談、借金・日常生活のトラブルに関する相談など/相談料■無料 ※事前予約制

問合せ■県司法書士会総合相談センター

☎055-253-2376

予約受付時間 月～金曜日(祝日は除く)
午前9時～午後5時

珠算検定

日時■2月12日(日)/場所■富士吉田商工会議所/対象■どなたでも/受験料■1級2,340円、2級1,730円、3級1,530円、4～6級1,020円、7～8級910円/申込期間■12月19日(月)～1月5日(木)

申込み・問合せ■富士吉田商工会議所 ☎24-7111



保健・福祉 health & welfare

県心身障害者自動車燃料費助成金

対象(①、②に該当)■①障害の程度:1・2級の身体障害者手帳、Aのいずれかの療育手帳、特別・第1・2項症の戦傷病者手帳をお持ちの方②県内ナンバーの自動車税・軽自動車税の減免措置を受けている方かリース契約された自動車を使用されている方/日時■1月11日(水)、16日(月)、19日(木) 午前10時～午後3時/場所■富士吉田合同庁舎2階大会議室/請求書用紙の入手方法■市福祉課の窓口、富士・東部保健福祉事務所の窓口かホームページから印刷してください

問合せ■富士・東部保健福祉事務所 福祉課 ☎24-9047

ふじさんホール・市民会館 12月の催し物

ふじさんホール(富士五湖文化センター)

- ◆3日(土) 月江寺幼稚園お遊戯会 午前8時20分
《問》月江寺幼稚園 ☎22-0697 関係者
- ◆3日(土) 第12回葵江祭 午後2時
《問》富士学苑中学校 ☎21-5500
- ◆10日(土) 新倉幼稚園おさらい会 午前9時
《問》新倉幼稚園 ☎23-5753
- ◆11日(日) コーロ河口湖創立30周年記念ステージ
午後2時30分 《問》コーロ河口湖 ☎72-1685 無料
- ◆17日(土) 小さき花幼稚園クリスマス会 午前9時15分
《問》小さき花幼稚園 ☎22-1409
- ◆18日(日) 仲太郎LIVE2022『なあ、友よ』in FUJIYOSHIDA
午後3時 《問》榊CATV富士五湖 ☎22-1714 有料
- ◆25日(日) 富士北稜高等学校吹奏楽部 第15回定期演奏会
午後1時30分 《問》富士北稜高等学校 ☎22-4161 無料

市民会館 3階小ホール

- ◆4日(日) 若手落語家全国ツアー 2022 午前10時、午後1時
《問》(同)ファーストドラム ☎080-4221-8192 有料
- ◆10日(土) 第5回東部・富士五湖無料法律相談会 午前11時
《問》山梨県弁護士会 ☎055-235-7202 無料 事前予約制
- ◆13日(火) 令和4年度いきがい教室閉級式並びに発表会
午後1時30分
《問》富士吉田市シニアクラブ連合会 ☎23-6230
- ◆15日(木) 富士の里市民大学12月必修講座 午後1時30分
《問》生涯学習課 ☎内線523
- ◆17日(土) クリスマスこども会 午後2時
《問》市立図書館 ☎22-0706 無料 要申込
- ◆20日(火) 終活セミナー 午後1時30分
《問》健康長寿課 ☎内線438 無料
- ◆22日(木) 大学・短期大学・専門学校 進学相談会
午後1時30分 《問》榊昭栄広報 ☎03-3265-4071 無料

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、中止になることがあります

12月の休館日

5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)・29日(木)～1月3日(火)

問合せ■市民会館 ☎23-3100

催し物

イベント・スポーツ大会などの催し物

有料広告

うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎055-288-1038

結婚相談所 ムスベル

ヒーリングサロン VEGA

「人生の新しい選択肢があります」

生き方に迷ったり、新しい道を模索している人が訪れる場所

志村 仁(ヒーリングカウンセラー・看護師)

〒403-0014 富士吉田市竜ヶ丘1-12-19

TEL 090-4067-3108 無料相談もあります!

Mail: shimcafe.0917@gmail.com

人生の風向きを変える神聖のゲート

☆対面ヒーリング
(カウンセリング+ヒーリング)

☆スピリチュアルカウンセリング

☆遠隔ヒーリング(オンライン)

しむしむスピリチュアルYouTube

インスタグラム shim_spi

Hitoshiのヒーラーブログ

検索

HPはこちら

有料広告

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金

電力・ガス・食料品等の価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯に対して支援します。

令和4年度住民税非課税世帯

対象 令和4年9月30日に、本市に住民登録があり、世帯全員の令和4年度住民税が非課税の世帯／**支給額** 1世帯5万円／**支給方法** 確認書などを郵送します。内容を確認し記入の上、期日までに返送してください。

家計急変世帯

対象 令和4年1月以降の収入が減収し、世帯全員のそれぞれの1年間の収入見込み額が住民税非課税相当になった世帯／**支給額** 1世帯5万円／**申請方法** 申請書に記入して、窓口か郵送で提出してください。給与明細、令和4年度課税(もしくは非課税)証明書などの令和4年の世帯員全員の収入が確認できる書類やマイナンバーカード・運転免許証の写しなどの本人確認書類、通帳写しなどの振込銀行口座の確認書類が必要です。

※申請書などは窓口かホームページからダウンロードできます

「振り込め詐欺」、「個人情報」の詐取」に注意してください。

問合せ 福祉課 ☎内線161・113

障害者の相談窓口「ふじのわ」

障害の種別や年齢、障害者手帳のある・なしにかかわらず、障害のある方(疑いのある方を含む)や家族などからのお困りごとに、相談支援専門員や社会福祉士・精神保健福祉士などの専門性のある職員が相談に対応します。相談は無料です。気軽に相談してください。

開所日時 月～金曜日(祝日、12月29日から1月3日を除く) 午前8時30分～午後5時15分

場所 市役所1階

問合せ ふじのわ ☎28-6255

☎22-1122



第74回人権週間

12月4日(日)～10日(土)

人権問題でお困りの方は、気軽に相談してください。

日時 12月9日(金) 午前10時～午後4時／**場所** 市役所東庁舎2階 204号室／**相談料** 無料／**相談内容** 親族・夫婦・扶養・相続・借地・名誉・信用・差別・私的制裁・近隣とのトラブルなどについての悩みごと、配偶者からの暴力、ストーカー、児童虐待、セクシャルハラスメントに関する問題、児童・生徒のいじめ問題、体罰の問題、その他人権に関することでどこに相談してよいのか分からないこと

問合せ 福祉課 ☎内線161

障害者週間

12月3日(土)～9日(金)

障害者の福祉について関心と理解を深めるとともに、障害者が経済、文化などあらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的として毎年、障害者週間が設けられました。12月3日は「国際障害者デー」、12月9日は「障害者の権利宣言」とともに国連総会で採択された日です。

障害は生まれつきのものでなく、事故や病気などで起こりうる場合もあります。障害について理解し、障害のあるなしで分け隔てることなく、互いの個性や人格を尊重し合いながら、コミュニケーションを取り、ともに安心して暮らしていける「共生社会」の実現に向けて、一緒に考えてみませんか?

問合せ 福祉課 ☎内線161

就職職業相談(生活困窮者・ひとり親家庭)

生活困窮者・ひとり親家庭を対象にハローワーク富士吉田による巡回相談を行います。

日時 12月20日(火) 午前9時～正午

場所 市役所1階 福祉相談室

問合せ 福祉課 ☎内線199

広報「ふじよしだ」&市ホームページ 広告募集中!

市のホームページには、地域をはじめ、全国から多くのアクセスをいただき、好評を得ています。貴社の新たな広告のひとつに、ぜひご検討ください。



広報ふじよしだ ●カラー枠・2色枠：A4の1/8～1/4
掲載料金：12,500～100,000円
ホームページ ●夏期：30,000円、夏期以外：20,000円



やっています!!

フォロー
募集中!

@kohofujiyoshida



市民協働推進課 広報担当 ☎内線207・214

Christmas in HATAORIMACHI

12.10
sat
2022
10:00~17:00

場所：ナカムラカイカン

中村会館

富士吉田市下吉田3-12-9

ハタオリマチノクリスマス
クリスマスマーケット ワークショップ

12.11
sun
2022
10:00~16:00

CONTENTS:

**マーケット &
ワークショップ**

詳細はWEB SITEへ /

hatafes.jp



ハタオリマチ富士吉田で開催するクリスマスマーケット『ハタオリマチのクリスマス』。会場には、心温まる、ワクワクするような出店者が集まります。クリスマス前の楽しくおいしい時間で、心をほっと温めてもらえたら嬉しいです。

同時開催イベント

サンタがおうちにやってくる!

サンタに扮した市の職員がおうちにプレゼントをお届けします。お子さんの今年最後の思い出に、ぜひ応募してください。プレゼントの受け渡しは玄関で行い、写真撮影もできます。

日時：12月22日(木)・23日(金) 午後6時~8時
対象：小学生以下のお子さんがある市内在住の方
募集件数：先着30軒程度 申込期限：12日(月)~16日(金)
プレゼント：12月16日(金)までにお子さんに渡すプレゼントを富士山課にお持ちください。その際にお子さんの名前と今頑張っていることを教えてください。

申込み・問合せ：富士山課 ☎内線425

HATAORI-MACHI FESTIVAL 2022

らいぶらり

～暮らしの中に図書館を～



今月の新着図書

文芸書

- * サブスクの子と呼ばれて (山田 悠介)
 - * 老人ホテル (原田 ひ香)
- ほか

児童書・ヤングアダルト

- * かるがものクッカ<絵本> (箕輪 義孝)
 - * ぼくたちはまだ出逢っていない (八束 澄子)
- ほか

ビジネス・くらしに役立つ生活書・教養書

- * 夫と妻の定前後のお金と手続き (佐藤 正明)
 - * 改正個人情報保護法で変わる自治体防犯カメラの法務と実務 (宇那木 正寛)
- ほか

※新着資料は入荷の都合により貸出が遅れることがあります

クリスマスこどもかい～人形劇「あいさつのきれいな王さま」～

日時 ■ 12月17日(土)午後2時 開場:午後1時30分開演
 定員 ■ 100名
 場所 ■ 市民会館小ホール ※会場が暗くなります
 対象 ■ どなたでも
 申込開始日 ■ 12月1日(水) 午前10時
 申込方法 ■ 電話かカウンターで受付します ※整理券を渡します

クリスマスの豆知識

Christmasは、chiristがキリスト、masはミサ(礼拝)という意味です。クリスマスとは、「キリストのミサ」という意味であり、世界のキリスト教国では、キリストの降誕をお祝いする日です。(諸説あり)



年末年始の休館

休館日 ■ 12月28日(水)～1月3日(火)
 臨時休館 ■ 1月8日(日)

◆ まちがいさがし! ◆

「クリスマス7!」

2枚の写真をよーく見比べて、まちがいを7個探してね♪ 広報を持って、回答を図書館に提出してください!
 ◇正解者の方には、先着100名に粗品をプレゼント!
 提出期限 ■ 12月13日(火)～27日(火) 図書館開館中
 対象 ■ どなたでも



市立図書館

☎22-0706

☎24-4831

🏠ホームページ <https://flib.fujinet.ed.jp/>

今月の休館日

5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)・28日(水)～30日(金)

※新型コロナウイルスの影響により、休館日などが変更、催し物などが延期や中止になることがあります



富嶽人物百景

北条義時

1163年生 1224年没

北条義時は、今年のNHK大河ドラマ「鎌倉殿の十三人」の主人公です。存じの方も多いと思います。義時の姉は北条政子です。政子が源頼朝の妻となったことを機に、父の時政と共に頼朝を支えてきました。そして、頼朝の平家に対する挙兵から鎌倉幕府の成立までの道のりを、頼朝と共に戦い抜いてきました。

1199年に頼朝が亡くなり、息子の頼家が二代将軍になると、まだ18歳の頼家を支えるために、十三人の合議制が創設されます。これが「鎌倉殿の十三人」というタイトルの由来です。当時、37歳であった義時は、最年少でこの一員になります。その後、北条氏と御家人の権力争いが続く中で、多くの御家人が討伐され、頼家も暗殺され、北条氏へと幕府の権力が集約されていきます。そして、義時は、将軍後見役である執権としての立場を確立します。しかし、三代将軍の実朝の暗殺を防げなかったことにより、融和関係にあった朝廷との関係に亀裂が入り、

1221年、遂に後鳥羽上皇が義時討伐の兵を挙げたことで「承久の乱」が始まってしまいます。義時は、この戦いに勝利し、戦後処理を行う中で、後鳥羽上皇を隠岐に配流するなど厳しい対応をし、朝廷に対する幕府の完全な優位を決定付けました。

上吉田の北口本宮富士浅間神社の社誌によれば、1223年、義時が社殿を建立したとします。また、神社に伝わる神像もこの年に造立されたとされます。頼朝の挙兵後に甲斐源氏と同盟を結ぶため、時政と共に義時が甲斐国に入った可能性があるため、義時と浅間神社にもつながりがあったのかもしれない。この翌年に義時は亡くなります。享年62歳でした。



北口本宮富士浅間神社の拜殿



「男女共同参画の視点による災害対応研修」に参加して

年の瀬が近づくと、阪神・淡路や東日本大震災、八年前の大震災を思い出す昭和の女です。避難所のイメージはと聞かれたら、先に挙げた震災や近年の集中豪雨災害、広島・長崎を中心とした第二次世界大戦中の防空壕や疎開風景を想像する私です。想像するだけでなくかなりヘヴィーです。人と人が無理やり集団で生活をするわけですから、そりゃあ色んな問題が勃発します。そんな中、近年グッと変化したのが女性周りの防災意識です。避難所でのDVや性暴力の問題を改善するために更衣室や授乳室が設置されるようになりました。これは喜ばしいことです。こんな事ですら保障されていなかったということ。女性以前

に、人としての問題。人権の問題です。研修では「普段からやらない事は、いざという時に出来ない」との事でした。そう「日常」とっても大事です。ぜひ個人で、また最小ユニットの家族で、災害時に何が重要で何が妥協出来るかを具体的に考えて話し合う機会を作ってください。私は富士吉田市の公共トイレの整備を提案します。男女・多機能トイレ全てに汚物入れとユニバーサルシートやキッズシートの設置を希望。老若男女関係なくおむつ替えが出来るといい。生理用ナプキンや尿漏れパッドを安心して交換できる場所は必須です。もはや男女だけの問題ではありません。もし避難所生活になったら、あなたはどうか過ごしたいですか？



今月は市男女共同参画推進委員 戸村有希さんに担当していただきました。



開催報告 日本文化体験 キャラ弁をつくろう!!

「BENTO」が海外でも通じるくらい、日本のお弁当文化は世界的にも有名です。

美味しさだけでなく、小さな器の中に詰められた食材の豊かさ、栄養バランス、彩りなど、お弁当は注目を集めています。なかでも、人気アニメや動物を模した“キャラ弁”は、まさに日本

の食文化を代表する一つです。

そこで、外国人市民が参加して“キャラ弁作り体験”を行いました。参加者は細かな作業に四苦八苦しながらも、可愛らしく個性豊かに仕上げました。



講師のERIKAさん



講師の作業を真剣に見つめます



SHANNONさん



OLIVIAさん



REBECCAさん



JEANさん



JOHNさん



●参加者の感想

- ・とても楽しかったです。
- ・細かい作業が大変でした。
- ・上手に作る事ができてうれしい!
- ・日本の食文化に興味があります。次はおせち料理にも挑戦したい。

10月22、23日



ハタオリマチフェスティバル2022



11月8日



市長さんと話す会

10月19日



富士山中における人命救助に
対する感謝状贈呈式
黒永ゆみ氏・マウントフジトレイルクラブ

10月21日



富士山音楽祭2022

11月3日



文化祭公募展

10月19日



富士五湖広域行政事務組合
新庁舎竣工式

10月16日



農業まつり

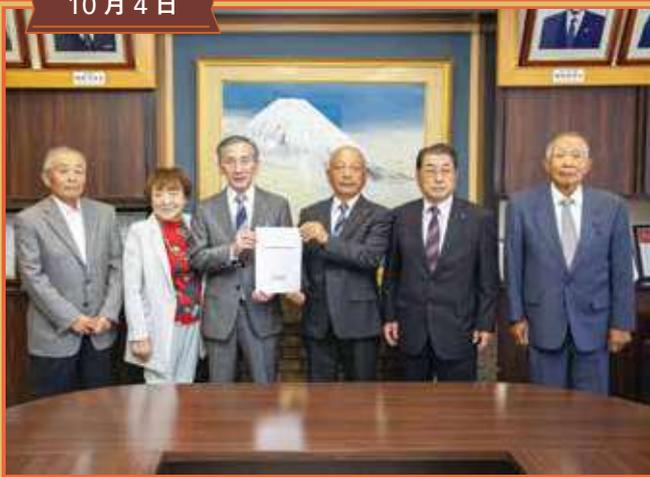
10月13日

富士吉田市企業版ふるさと納税寄附



企業版ふるさと納税寄付金贈呈式
シフトプラス(株)

10月4日



富士吉田市の農業行政施策に
関する意見書の提出

11月6日



杓子山パノラマトレイルマラソン大会



簡単に作れるので、ぜひ子どもと一緒に作っててください

サツマイモの ココアボール



今月はおやつのおさらです 大人も子ども一緒に楽しめるおさらです

作り方

- ① サツマイモの皮をむき、柔らかくなるまで蒸かす。
- ② ボウルにサツマイモを入れて、細かくつぶす。バターと砂糖を加えてよく混ぜる。バターと砂糖の量はお好みで加減してください。
- ③ ②を冷やして、2cmくらいに丸める。
- ④ ③にココアパウダーをまぶして出来上がり。

☆サツマイモとココアパウダーの相性が抜群！とてもおいしかったです。

☆は取材人の感想です。



紹介者：食生活改善推進員
小泉 八重子さん(大明見)

材料(4人分)

- ・サツマイモ:300g (皮を除く)
- ・砂糖:小さじ2
- ・バター (有塩):5g
- ・ココアパウダー:5g

1食あたりの栄養価

エネルギー 115kcal 塩分 0.03g 調理時間 30分

わが家のアイドル

わが家のアイドルへの応募をお待ちしています。
おじいちゃん、おばあちゃんとの応募も大歓迎！
お子さん一人での応募も大歓迎！
申込み ■ 市民協働推進課 広報担当 ☎内線214



仲良く元気に
育ててね。
(祖父 二三男さん、
祖母 トシ子さん)

小林 佑晟 くん

小林 佐知 ちゃん
1歳
1カ月
中宿



秋色の富士吉田市

GENK! DA FUJIYOSHIDA

FUJIYOSHIDA-CITY, YAMANASHI PREFECTURE JAPAN

YouTube

