

うきは市商工会工業部会 住まいの相談事業（奉仕活動）のお知らせ

近年、高齢者を狙った悪質業者による住まいのトラブルが発生しています。
高齢者世帯の方、何かお困りごと、お住まいに関する相談はありませんか。

日頃より会員事業所をご愛顧いただいております地域の方々へ、感謝の気持ちを込め、「家屋の無料手直し事業」と「お住まいの無料相談」を実施いたします。この機会に気軽にご相談ください。*相談のみも受け付けます。

- ◆対象者：うきは市にお住まいの75歳以上の高齢者世帯
(二世帯家族は除く。また借家、事業用構築物も対象外)
- ◆申込：令和2年11月25日(水)まで ◆工賃：無料(材料代は実費負担)
- ◆実施日：令和2年12月6日(日)実施予定
- ◆奉仕作業の範囲



- (建築) 雨どい・トタン張替え (建具) ドア・ふすまの補修、金具の取替え
(高所作業は除く)、棚補修等
- (水道) パッキン・蛇口の取替え (点検) 使用中の住宅機器の点検
- (その他)
火災警報器の設置、居室・寝室の家具の転倒防止など、1時間以内で終わる作業です。

●申込・問合せ うきは市商工会本所 ☎77-2239

まちの話題



再生工房 耳納ねっと! 料理教室で「乳和食」

「乳和食」は、味噌や醤油などの日本の伝統的調味料に「コク」や「旨味」を有している牛乳(成分無調整牛乳)を組み合わせ、使用する食材本来の風味や特徴を損なうことなく食塩やだしを減らしても、おいしく食べられる調理法です。講師の山崎禮子さんは、筑前町にある永利牧場 まきばの家で「乳和食」の調理法を実習し、再生工房料理教室の参加者へ、牛乳を使うことで減塩につながり、健康にもよい料理ができることを教えました。この日のメニューは、かぼちゃの牛乳そぼろ煮、香味そうめん、野菜ミルクかん、松茸風炊き込みご飯でした。牛乳で煮ることで甘みが増したり、つゆに牛乳や味噌を使うことでコクが出たり、炊き込みご飯にも乳清を使い、ミネラルやカルシウムが通常のご飯より摂れることを伝えていました。再生工房料理教室は月に2回開催し、色々な料理を作っています。ぜひ一度参加してみませんか?

●問合せ 耳納ねっと! 再生工房 ☎76-2077

五庄屋さんたちが作ってくれた川で魚のつかみ取り



10/10南新川(素盞鳴神社前)で川底探検&千川まつりが開催されました。14:00から千川になった南新川で子どもたちが魚のつかみ取りを体験しました。曇り空でしたが、元気に魚を追いかけていました。

また、素盞鳴神社境内には市内の飲食店など9店が出店し、多くの人で賑わいました。また、五庄屋の資料の展示や、白壁レディース21による「5人の庄屋」の紙芝居も披露されました。

