

相談

高齢者・障がい者の
人権あんしん相談

高知地方法務局と高知県人権擁護委員連合会では、介護者による虐待、障がい理由とする差別など、高齢者・障がい者をめぐる人権問題の解決を図るため、電話相談の強化週間を実施します。

電話番号(全国共通ナビダイヤル)

☎0570-003-110

日時 9月7日(月)～13日(日)

(平日)午前8時30分～午後7時

(土日)午前10時～午後5時

場所 高知地方法務局人権擁護課
または各支局

☎088-822-3503

不動産に関する無料相談

一般消費者を対象に、不動産・住まいに関する問題などに当会の専門の相談員がお答えする無料相談を開催します。

日時 9月17日(木)

午後1時～4時

場所 四万十市中央公民館3階

小会議室II

☎088-823-2001

おしらせ

違法広告物を一斉撤去します

毎年9月1日～10日は「屋外広告物適正化旬間」です。

9月10日(木)には、電柱や信号機、道路標識、ガードレールなどに貼られた「はり紙」「はり札」「立て看板」など、

条例に違反している屋外広告の県内一斉除去・指導の作業を行います。

美しい街並みのため、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

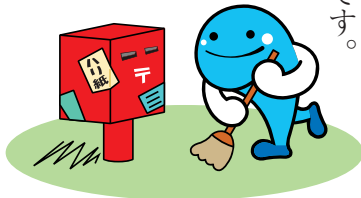
ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。

ご理解とご協力をお願いします。



業を営むには登録が必要です。

☎34-5222

くろしおっ子の学校給良

夏野菜と豚肉の味噌炒め



カラフルな夏野菜は、視覚からも食欲を刺激して、夏にピッタリです。

●材料(4人分)●

豚もも肉	240g
キャベツ	60g(1~2枚分)
玉ねぎ	80g(1/2個程度)
にんじん	40g(1/3本程度)
ピーマン	40g(小1個)
ナス	80g(1個)
しめじ	30g(カップ1杯分)
にんにく(すりおろし)	小さじ1
豆板醤	0.4g
ごま油	小さじ1/2
酒	小さじ1/2
みそ	小さじ3
濃口しょうゆ	小さじ1
濃口しょうゆ	小さじ1
砂糖	小さじ2

【作り方】

- ①キャベツ(ざく切り)、玉ねぎ(くし形切り)、にんじん(短冊切り)、ピーマン・ナスは食べやすい大きさに切る。
- ②熱したフライパンにごま油をしき、豚肉とにんにく(すりおろし)・豆板醤を炒める。
- ③肉に火が通ったら、玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ナス・しめじ・キャベツを加えてさらに炒める。
- ④しんなりしてきたらAの調味料を加えて味をなじませる。

○お問い合わせ

大方学校給食センター ☎31-3201(直通)
佐賀学校給食センター ☎55-2166(直通)

黒潮♥婚旅
～第4回 夏のあつーい出会い in 黒潮町～

9/20(日)

開催日 / 9.20(日)

参加費 / 男性 5,000円 女性 4,000円

対象者 / 20歳以上の男女 各12名
(男性は黒潮町在住の方のみ)

会場 / であいの里みながわとその周辺

主催 / 黒潮若手の会

●申し込み方法
「高知で恋しよ!!」応援サイト」応募フォーム、
または下記の番号にお電話下さい。
<http://www.koishiyoko.yo.kochi.lg.jp/>
黒潮若手の会 090-4788-9059 担当: 浜村