

市民カレンダー

2026年 6月 6/11~30

※翌月 10 日までの掲載分は裏面をご覧ください

【医】 休日当番医

11 (木)		21 (日)	【医】八井田医院 (☎52-2533)
12 (金)		22 (月)	
13 (土)		23 (火)	
14 (日)	【医】前田メディカルクリニック (☎57-3811)	24 (水)	もぐもぐ教室(離乳食教室) 子育てセンターなかよし(10:30~11:30) ※要予約:申込は、市健康推進課(☎52-9281)へ
15 (月)	心の健康相談 中央東福祉保健所(13:30~16:30) ※要予約:申込は一週間前までに、中央東福祉保健所健康障害課(☎53-3173)へ	25 (木)	
16 (火)		26 (金)	法律相談 プラザ八王子(13:00~16:30) ※要予約:申込は、市社協(☎53-5800)へ
17 (水)	泰山公園子どもひろば 休園日 育児相談 子育てセンターびらふ(10:00~11:30)	27 (土)	
18 (木)	行政相談 奥物部ふれあいプラザ(10:00~15:00) 3歳児健診 プラザ八王子(12:30~)	28 (日)	【医】楠瀬医院(☎53-4922) 泰山公園子どもひろば 臨時休園日
19 (金)		29 (月)	
20 (土)		30 (火)	

※高知県救急医療情報センター(☎ 088-825-1299)では、年中無休・24時間体制で、現在、診療を受けることができる医療機関の紹介を行っています。

粗大ごみ持込日

納期のお知らせ 納期限=6月30日(火)

市県民税 第1期
下水道事業受益者負担金 第1期

場 所	日 付		受付時間
市立一般廃棄物処理場	6月21日 (日)	6月22日 (月)	9:30~12:00
香北町永野粗大ごみ仮置場	6月21日(日)		13:00~16:00

ごみは指定の日時・場所に出してください

ごみは収集日当日の決められた時間(土佐山田町は午前7時30分まで、香北町・物部町は午前8時まで)に、お住まいの自治会内のごみ収集ステーションへ出してください。収集日を間違えたり、時間に遅れたりすると、次回の収集日までごみが放置されることになり、地域の衛生環境にも影響します。

また、必ず香美市指定のごみ袋に入れて中身が出ないように口をしっかり縛り、正しく分別して出すようご協力をお願いいたします。

【問い合わせ先】 環境課環境係 ☎53-1063

市民カレンダー

2026年 7月 7/1～10

【医】 休日当番医

1 (水)		6 (月)	
2 (木)		7 (火)	
3 (金)	身体障害者相談 プラザ八王子(10:00～12:00)	8 (水)	育児相談 子育てセンターなかよし(9:30～11:30)
4 (土)		9 (木)	1歳6か月児健診 プラザ八王子(12:30～)
5 (日)	【医】坂本内科(☎53-2417)	10 (金)	

※高知県救急医療情報センター(☎ 088-825-1299)では、年中無休・24時間体制で、現在、診療を受けることができる医療機関の紹介を行っています。

あつまれ!香美の元気スープ

～ ココロに愛を、カラダに勇気を～

「アンパンマン」の作者・やなせたかし先生が、毎朝「特製野菜スープ」を飲んでいただけから、令和7年度に「香美市元気スープコンテスト」を開催し、市の地場農産物を使った、心も体も元気になれるようなスープのレシピを募集しました。たくさんのご応募の中から、その入賞作品をご紹介します♪

優秀 きらめく愛のスープで賞

「愛と勇気のおいしいスープ」

考案者：にゃんさん（山田高校2年生 ※応募当時）

材料・分量（2人分）

干しいたけ（小）	1個
人参	1/5本
卵	1個
だし汁	400ml
（干しいたけの戻し汁も合わせて）	
塩	小さじ1/2
醤油	小さじ1
片栗粉	小さじ1
水	大さじ1
ねぎ	少々

【作り方】

- 干しいたけをお湯で戻してせん切りにする。
- 人参はハート形と星形に抜く、ねぎは小口切りにする。
- 鍋にだし汁とねぎ以外の具を入れて煮る。
- 煮えたら調味料を入れる。
- 水溶き片栗粉を入れ、再び沸騰したら溶き卵を入れてかき混ぜる。



【考案者のコメント】

スープを作るときに愛と勇気を表すために、人参をハートや星型に切って工夫しました。このスープを飲んだ人が、少しでも元気になったり明るい気持ちになれば良いなと思いながら作りました。

【審査員のコメント】

- スープを飲んだ人を元気づけるような色どりや形の工夫がされています。
- 人参を抜いた外側も使われていて、食材を最大限利用できており、SDGsの観点からもgood!
- だしの味が良くて、子どもから大人まで楽しめるし、朝ごはんに良さそう。