

お知らせ

IIMURO GLASS

市民スポーツセンター情報

●同センター、野球場などの利用申し込み

▶4月分利用申し込み 2月1日(月)8時30分から市ホームページ公共施設予約システムか同センター

▶5月分の利用抽選▶**対** 登録区分が「市民」「市民1/2超」の団体▶**申** 2月1日～15日に同システムか同センター

●トレーニング講習会

トレーニング室の器具の使用方法などの講習会。**時**同センターで要確認**対**高校生以上の方(同室を初めて利用する方は必ず受講)**時**運動着、体育館履き

●その他

新型コロナウイルス感染症対策のルールがあります。詳しくは同センターホームページ [URL https://nicspark.com/ayase/](https://nicspark.com/ayase/) をご覧ください

令和2年度就学援助の申請期限

経済的理由で小・中学校への就学が困難な家庭に、給食費や学用品費な

どの一部を援助しています。令和2年度の申請期間は3月1日までです。**申** 学校教育課(☎70・5654)が各学校にある申請書に記入し、同課か各学校へ直接

令和3年度市奨学金の申請

経済的な理由で高等学校への修学が困難な方に、奨学金を給付します。

▶月額 国公立5000円、私立1万円(所得制限あり。現在、中学3年生で4月から進学予定の方も申請可)▶**申**

3月10日までに、学校教育課(☎70・5654)にある申請書に記入し、世帯全員の所得を証明する書類、在学校の校長推薦書などを添えて、同課へ直

接(申請書と推薦書は市ホームページからダウンロード可)

公的年金などにかかる確定申告

公的年金などの収入金額の合計額が400万円以下で、公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の場合には、所得税と復興特別所得税の確定申告をする必要はありません。ただし、所得税や復興特別所得税の還付を受けるためには確定申告書の提出が必要です。確定申告をしない場合でも、市・県民税の申告は必要な場合があるので、注意してください。詳しくは、大和税務署☎046・262・9411

あやせ得々スペシャルグルメクーポン 締め切り迫る

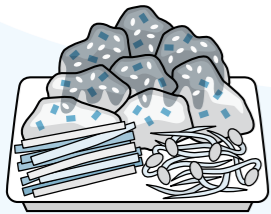
広報あやせ12月1日号に掲載した「あやせ得々スペシャルグルメクーポン券」の有効期限は1月31日までです。

この事業は**緊急事態宣言期間中は利用を中断します**（クーポンの利用期間は延長します）。詳しくは、商業観光課☎70・5685、市ホームページかアプリ「めぐると」を確認してください

まだ手元にクーポン券を持っている方は、取扱店を市ホームページなどで確認し、感染防止対策実施の上利用してください。

☎商業観光課☎70・5685

あなたの心に残っている「思い出の味」は？



料理の一皿には、取り巻く環境や人々とのつながりの記憶が凝縮されています。綾瀬市食生活改善推進協議会が作成した「エピソード付きのレシピ集」から、会員の「思い出の味」を紹介します。

《鶏肉の利休煮》〈材料 4人分〉鶏肉(ムネ肉・皮なし)400g・酒大さじ2・白ごま大さじ5・白みそ大さじ5・アサツキ200g・(片栗粉・塩・こしょう・しょうゆ各少々)

- ①鶏肉は味が染みやすいように金串で穴をあける。酒、塩を振りかけてから熱湯をくぐらせる
- ②酒大さじ2を加えた水(2と1/2カップ)取り、白ごまと白みそを混ぜる
- ③②のゆで汁を2カップ取り、白ごまと白みそを混ぜる
- ④③にゆでた鶏肉、しょうゆ、こしょうを加えて弱火で味が染みる程度煮る
- ⑤鶏肉を取り出し、適当な大きさに切る
- ⑥残りの煮汁に、水で溶いた片栗粉を入れてとろみを付ける
- ⑦鶏肉の上から⑥をかけ、刻んだアサツキを散らす

☆付け合わせ(2品) ・モヤシを熱湯でゆで、酢・塩・ごま油と唐辛子であえたもの ・ニンジン千切りにして塩もみしたもの

《同会会員のエピソード》

数年前にある新聞社から「うちのひと味」という原稿を出して欲しかったと依頼があり、このレシピを送りました。しばらくして友人から新聞に載っているとのお知らせがあり、すぐに新聞を買いに行きました。先日、忘れていたこの料理を久しぶりに作り、懐かしい味を楽しみました。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、家庭で調理を楽しむ時間が増えました。今だからこそ自宅で楽しく、さまざまな記憶に思いをはせながら食を通じた健康づくりに取り組みましょう。

☎健康づくり推進課☎77・1133

発熱した時の医療機関への受診方法

受診の前にまず、予約!

かかりつけ医がいる場合 ▶ **A**

かかりつけ医がいない場合
かかりつけ医で受診できない場合 ▶ **B**

発熱診療等医療機関

受診予約以外のご相談はこちら▼
新型コロナウイルス感染症専用ダイヤル
0570-056774
※一部のIP電話など上記番号へつながらない場合は☎045-285-0536

1 無休 24時間
2 3 4 平日 9:00-17:00

音声案内
1 感染の不安のある方、健康・医療に関すること
2 COCA・濃厚接触者に関すること
3 協力会に関すること
4 神奈川県警成アワードに関すること
5 大規模イベント開催の事前相談に関すること
6 経営相談に関すること
7 LINE コロナお知らせシステム
8 その他

県発熱等診療予約センター
0570-048914
※一部のIP電話など上記番号へつながらない場合は☎045-285-1015
LINE公式アカウント「新型コロナウイルス対策パーソナルサポート」
こちらから「友だち追加」してください

9:00-21:00

かかりつけ医や最寄りの医療機関

座間綾瀬医師会や市ホームページ、あやせ24時間健康相談で、発熱時などに受診ができる医療機関を確認できます。

●一般社団法人 座間綾瀬医師会
URL <http://www.zamaayase-ishikai.or.jp>

●市ホームページ
トップページ>市民向け>健康・医療>感染症対策>発熱した時等の医療機関への受診方法について

●あやせ24時間健康相談
☎0120・1192・61

市民からのお知らせ

※新型コロナウイルス感染症の影響により、催しなどが中止や延期になる場合があります

募集

旧東海道歩き旅④

江戸期の東海道を、途中の史跡を見学しながら10km前後を歩く。時1月23日(土)9時～12時 場 JR国府津駅前集合 対 中学生以上 費 300円(高校生以下100円) 目 綾瀬市史跡ガイドボランティアの会 日 1月19日～21

日に小山内☎76・3817(9時～12時)

キムチ料理教室

「韓国料理を楽しもう」

ベッチェウキムチ(白菜)のタレと漬け込み、チャプチェ作り。時1月27日(水)①10時～12時②14時～16時 場 ①南部ふれあい会館②中央公民館 定 ①10人②7人(申込順) 持 エプロン、三角巾、筆記用具、布巾、持ち帰り容器(大) 費 2500円 目 AIFAあやせ国際友好協会 日 1月16日から茂木☎78・8299(9時以降)

サークル

桂友会(書道)

時 毎月第2～4金曜日10時～12時 場 寺尾いずみ会館(4月から中村地区センター) 費 入会金500円、月額3000円 目 高木☎76・3898

手編みグループ

時 毎月第2・4水曜日10時～12時 場 早園地区センター 費 月額2000円 目 今井☎77・5656

3/15号原稿は2/3締め切り

1day Reform 1/17(日)

綾西のバザール大市に出店しています。
お買物のついでに、アレコレお気軽にご相談下さい
【最近ご相談頂いた工事は・・・】
・建具の交換・サッシの戸車交換・外構フェンスの塗装等々

窓まわり・水まわりの Specialty
有限会社 **ティー・エスラウンド**
〒252-1108 綾瀬市深谷上8-3-30

簡単内窓インプラスは断熱・防音に効果あり!
設置されたお客様から高い評価を頂いています
1窓約1時間で施工完了です。

0120-33-5643 ティーエスラウンド 検索 市役所HPからもどうぞ