



魚料理講習会（手稲区民センター）を開催しました。

2022-7-15「地区活動部」ページから



地区活動部講座 共催：札幌市中央卸売市場水産協議会

暑い夏を元気に乗り切るためのメニューとして、魚介類から良質のたんぱく質をしっかりと摂取し、時短で素早く出来る、調理法を今回の魚料理講習会で提案しました。

講師は札幌ポトフの会専任講師の吉田陽子氏と近藤幸子氏。

また、講習会の中では、アレルギー表示の資料提供がありました。アレルギー症状を起こす人が増えたため、2002年4月から7品目の

アレルギー表示をすることになったのです。7品目のアレルギーを覚える方法の1つとして、【「そこからみえた」そ..そば、こ..小麦、か..かに、ら..落花生、み..ミルク、え..えび、た..たまご】を紹介してもらいました。

今回の取組みメニューは「鱈の南蛮漬け」と「ベビー帆立とえびのカレースープ」です。

【鱈の南蛮漬け】鱈をサラダ油で焼き、野菜と南蛮酢で味付けをし、盛り付け後、ごま油で風味をつけカイワレ大根を散らした夏向けのサッパリした味に仕上げました。

【ベビー帆立とえびのカレースープ】ベーコン、玉ねぎ、にんじん、セロリそしてとまと等、具たくさん野菜スープをカレー味で調え、彩りも良くピリッとした元気のでる一品です。二品とも、たんぱく質を十分摂取出来、暖かなくても冷たくても美味しくいただける料理で参加者にとっても喜ばれました。

北海道大学植物園 夏の観察会を開催しました。

2022-7-8「地区活動部」ページから

晴天の青空のもと、「北海道大学植物園 夏の観察会」を開催しました。

都会の中にあっても大変清々しい原生林に近い園内を、札幌市環境保全アドバイザーの島田ご夫妻の解説付きで、自然観察が出来ました。

最初に島田明英氏より「この植物園は明治の初めからここにあり、市内はビルが立ち並び大きく変わりました。

明治19年に開園した日本で2番目に古い植物園で、一歩足を踏み入れれば、札幌の原始の姿を今に伝える貴重なオアシスです。4000種を超える植物は、数時間ではそのほんの一部しか紹介できないと思いますが、ぜひ自然観察のひと時を過ごしていただきたいと思います。」と話され、園内の自然植物の観察に入りました。

13.3haの園内には、北海道の自然植物を中心に4000種類以上の植物が育成されており、展示のほか種の保存にも利用されているとのこと。今回は見る時間がありませんでしたが、園内には宮部金吾記念館や北方民俗資料室、高山植物園、カナディアンロックガーデン、草本分科園等など、多くの見所があり、季節ごとにじっくり見学することで、また違った雰囲気植物園が見られるので、これを機会にぜひ秋口の植物園も観察したいと思いました。



7月は「理想の住まい探して気づいた。老後2,000万円あったらいいと思ったその理由」をテーマに開催しました。

2022-7-6 「くらしと金融問題研究会」ページから

今回は、会員である横井 規子 氏（ファイナンシャルプランナー）が講師となり、「理想の住まい探して気づいた。老後2,000万円あったらいいと思ったその理由」と題して講話されました。概要は以下の通りです。



第一部 高齢者向け住宅について

1. 高齢となった母の意思
2. 施設に対する母の希望
3. 高齢者向け施設の種類と実態

①住宅の場合、②施設（自立型）の場合、③施設（介護型）の場合

第二部 母の住居探し

1. 母が関心を示した施設の前払い家賃は2,000万円と高額
2. 見学はたったの3か所しかできなかった（見学した施設には空室がなく3か所目で入所を決めた）
3. 3か所目の見学で入所を決めて後悔したこと

①時間がなくてきちんと吟味できなかった、②やはり元気なうちに検討すべき、③食事の試食は大事、④自分の好きなことができるのかを確認する、⑤持ち込めないものがある、⑥財産を誰に預けておくのか決めておく、⑦長生きしたら資金が枯渇するかも、⑧理想の住まいのために、2,000万円お金があったほうがいいのかと思った。

第三部 事例から見た、考えておくべき大切なこと

1. 高齢者医療制度、介護保険制度の確認
2. その施設で介護サービスを受けた場合の費用の確認
3. 夫婦が別の施設に入所せざるを得ない場合の過大な費用負担（資金の枯渇）

「結論」まずはしっかり「ライフプラン」を立てておくこと。

5

消費生活相談員資格の取得をしませんか！（受講料無料）

2022-6-26 「最新情報」ページから

消費生活相談員

国家資格！

消費生活相談員資格の取得には、試験に合格する必要があります。本講座では、試験対策として、最新の試験問題と解答を解説し、合格のためのポイントを伝えます。

- 申込開始：6月27日（月）12:00～（定員に達した時点で受付終了）
- 受講日：7月1日（金）
- 受講方法：eラーニング
PC、スマホ、タブレットから受講できます
*オンデマンド講座（合計約30時間）
- 受講料：無料
- 定員：1600名（先着順）
- 申込方法：下記URLまたは二次元コードから申込みください。

<https://forms.gle/gSMTcEzX2MjWVGo2>

本講座の特長

- 最新の試験問題と解答を解説し、合格のためのポイントを伝えます。
- PC、スマホ、タブレットから受講できます。
- オンデマンド講座（合計約30時間）

消費生活相談員資格の取得には、試験に合格する必要があります。本講座では、試験対策として、最新の試験問題と解答を解説し、合格のためのポイントを伝えます。

「地域」で活躍する「消費生活相談員」を目指してみませんか？

消費生活相談員資格（国家資格）試験対策の講座を実施します。

受講料無料で、eラーニングにより、パソコン等で自宅での受講ができます。

消費者庁では、全国各地の消費生活センター等で相談業務等を担う人材の育成・確保を目的とした「消費生活相談員担い手確保事業」を実施いたします。

全国の消費生活相談員を目指す方、国家資格を保有していない消費生活相談員の方からの多くの応募をお待ちしています。

問合せ先（受託事業者） 一般財団法人 日本消費者協会（相談員資格取得支援事業推進室）

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-18-1 千石屋ビル 3 階

メール：2022soudanin@jca-home.com

電話番号（代表）：03-5282-5311 ※平日 10～12 時・13～17 時