



## 令和6年八潮市成人式



1月8日(祝)、八潮メセナで「令和6年八潮市成人式」を開催しました。

今年は、「Xの轍」をスローガンとし、597人の新成人が出席しました。式典では、成人式実行委員が新成人としての抱負などを述べました。

また、式典終了後には、中学時代の恩師ビデオレターを映像で流し、心温まる恩師からのメッセージに新成人の喜ぶ姿が見られました。



問社会教育課 ☎357

## 第59回八潮市内一周駅伝大会

1月28日(日)、「第59回八潮市内一周駅伝大会」を開催しました。

4年ぶりの開催となる今年は、市内外から70チームが参加し、市内6区間をタスキをつなぎ、ゴールを目指しました。

また、ゲストランナーとして、競歩部門ではオリンピックに3大会出場した山崎勇喜さん(自衛隊体育学校)、駅伝部門では東日本実業団対抗駅伝競走大会に出場した駅伝チーム(自衛隊体育学校)を迎え、大会を盛り上げていただきました。

沿道からは、懸命に駆け抜けるランナーの皆さんに多くの声援が送られました。

問スポーツ振興課 ☎390



自衛隊体育学校 駅伝チーム

山崎勇喜さん

八潮市に関する情報をメールやSNSで発信中



やしお840メール X(旧Twitter) Facebook

シティセールス PR動画配信中



## もしもの時はこちらへ

医療機関名・相談窓口	日時・場所・内容など
埼玉県コロナ総合相談センター (24時間) ☎0570-783-770	内受診先の確認・受診を迷う場合の相談
救急電話相談(24時間365日) ☎#7119 ☎048-824-4199	内急な病気やけがについて、受診の必要性など看護師によるアドバイス
埼玉県A   救急相談 <a href="https://www.pref.saitama.lg.jp/a0703/aikyukyu.html">https://www.pref.saitama.lg.jp/a0703/aikyukyu.html</a>	内利用者が入力した内容をもとにした、可能性のある症状や家庭での対処法についての案内
八潮市立休日診療所 (内科・小児科) ☎995-3383 (要事前連絡)	日曜日、祝日 午前10時～正午、午後2時～4時 場保健センター
草加市子ども急病夜間クリニック ☎954-6401	日～金曜日 午後7時30分～10時30分 土・日曜日、祝日 午後6時30分～10時30分 場草加市立病院内 対0～15歳の患者で内科系(発熱、腹痛、おう吐など)の症状
(公財)日本中毒情報センター 大阪中毒110番 (24時間) ☎072-727-2499	内毒物(薬、化学薬品など)を誤って飲んだ時の応急手当の仕方

## やしお八つの野菜 de 健康レシピ

### レシピ① 小松菜入りチキンロール～バルサミソース～

今月は、健康づくりの料理教室のメニューから、「小松菜入りチキンロール～バルサミソース～」をご紹介します。

問保健センター ☎995-3381



- 材料 4人分
- 鶏もも肉 300グラム
  - 塩・こしょう 少々
  - 小松菜 50グラム
  - パプリカ(赤) 4分の1個
  - パプリカ(黄) 4分の1個
  - オリーブ油 大さじ2分の1
  - にんにく 1片
  - 白ワイン 大さじ2
  - クレソン 20グラム
- 【バルサミソース】
- バルサミコ酢 大さじ2
  - しょうゆ 大さじ1
  - はちみつ 大さじ1

#### ●作り方

- 鶏もも肉はなるべく厚さを均一にするように包丁で身を開く。塩・こしょうをふって下味をつける。
- 小松菜はよく洗い根を切り下茹でし、水分を絞る。パプリカは縦に1センチメートル幅に切る。にんにくは薄くスライスする。
- ラップを広げ鶏もも肉を乗せ、小松菜、パプリカを芯に巻いたら、電子レンジ600ワットで2分30秒加熱し、上下を変え更に1分加熱する。
- フライパンにオリーブ油、にんにくを入れて火にかける。③の鶏もも肉の表面を焼き、白ワインを加えてふたをし、蒸し焼きにする。竹串を刺して透明な汁が出ていれば火を止める。
- 鍋にバルサミソースの調味料、蒸した時の汁を合わせ、とろみが付くまで加熱する。
- ④を人数分に切り、ソースをかけ、クレソンを添える。



(広告)

**モンテール**  
 本社:八潮市大瀬3-1-8 お客様相談室 ☎0120-46-8823  
**スイーツストップ八潮店**  
 直売店では豊富なラインアップのスイーツを取り揃えております  
 八潮市大瀬4-14-6 営業時間 10:00～17:00

**独身のお子様の結婚相談承ります**  
**お子様を結婚に導くための相談会開催中**  
 お子様の結婚に関するお悩み  
 プロの仲人がお答えします  
 まずはお気軽に仲人にご相談下さい  
 ☎048-640-1001  
**結婚相談所ムスベル**  
マル適マークCMS取得(第2113001-1号)

**土地有効活用 店舗・倉庫**  
**シバエダ** 不動産 ☎048-998-5678  
埼玉県知事免許(8)第16039号 〒340-0822 埼玉県八潮市大瀬三丁目1-1



◆広報やしおは、毎月10日(新聞休刊日を除く)に新聞折り込みで配布しています。その他、最寄りの公共施設、金融機関、八潮駅、一部のコンビニエンスストアなどに配置しています。また、市ホームページやマチイロ、マイ広報紙などでも電子版を閲覧できます。なお、次回の新聞折り込みは、3月10日(日)です。