

サッカーファン
じゃなくても
お祭り気分
楽しめます!

安芸高田市から**ぶちあつ**いメールを送ろう!

PVでサンフレを 応援しよう

パブリックビューイング

パブリックビューイングは
スポーツやライブの中継を
大きい画面で見てもみんなで
一緒に楽しむイベントだよ



今年から、サンフレッチェ広島のJ1リーグ公式戦全試合を放映するパブリックビューイングを道の駅「三矢の里あきたかた」で実施しています。無料で観戦できるのはもちろん、食事や飲み物の持ち込みも可能。残り4試合は特別ゲストを招くなどのイベントを計画しているので、お祭り気分に参加してください!

歓声を上げたり
ハイタッチしたり、
大盛り上がり!



- スコア予想イベント
- サンチェ&たかたんと一緒に応援!
- キッチンカーフェス
- サンフレッチェ広島グッズ、道の駅クーポンのガラポン抽選会

残り4試合で
予定している
イベント

アウェイの試合のときによく来ていて、今回で4回目です。サンフレッチェ広島を好きな人が多く集まっている雰囲気を楽しんでいます。(安佐北区から来場)



大型ビジョンで、
市民一丸となって応援しましょう!

パブリックビューイング
開催スケジュール

10/28(土) 15:00~
vs FC東京

11/11(土) 14:00~
vs 北海道コンサドーレ札幌

11/25(土) 14:00~
vs ガンバ大阪

12/3(日) 14:00~
vs アビスパ福岡

得点チャンスの際は
タオルマフラーを
回して応援するよ



家のすぐ近所ですし、子どもを連れて来やすいから助かっています。大人数が集まって応援する一体感を楽しんでいます。(吉田町在住)

来場者数は徐々に増え、会場では100人を超える方々が試合を観戦。応援の輪が広がっています!

市役所でも応援に力を入れています

サンフレッチェ広島の公式戦当日またはその直前の勤務日は、ユニフォームや紫のアイテムを身に着けた職員で市役所が紫一色に! サンフレッチェ広島を応援しようという機運を高めています。



☎政策企画課 地方創生推進係 ☎お太助フォン 42-5612

健康いいカラダ

歯科健康診査を実施します

高齢者の口腔機能の低下や肺炎などの予防を図るための歯科健康診査を行います。対象の方には、受診券を送付していますので、歯科医療機関へ直接申し込んでください。お口の健康は、全身の健康につながります。この機会に受診しましょう。

無料

※治療費などは別途必要です。

2022年度中に
75歳の誕生日を迎えた方

2023年度中に
80歳になる方

●1947年4月1日~1948年3月31日生まれの方 ●広島県後期高齢者医療被保険者の方 (歯科健康診査受診時)	対象者	●1943年4月2日~1944年4月1日生まれの方
2023年12月31日(日)	受診期限	2024年3月31日(日)
広島県歯科医師会が指定する広島県内の 歯科医療機関 ※受診券送付時に一覧表を同封しています。	受診場所	市と契約している歯科医療機関 ※受診券送付時に一覧表を同封しています。
広島県後期高齢者医療広域連合 歯科健診コールセンター ☎082-512-0245	問い合わせ	健康長寿課 母子保健係 ☎お太助フォン 42-5633

食のさんぽ道

安芸高田市食生活改善推進協議会

秋ザケのキノコあんかけ

(1人分)エネルギー228kcal 塩分2.2g

【材料(4人分)】

- 秋ザケ(生).....4枚(1枚70g)
- 塩.....小さじ1/2
- マイタケ.....100g
- シメジ.....100g
- エノキタケ.....100g
- 片栗粉.....大さじ5
- サラダ油.....大さじ2
- ネギ.....20g(小口切り)
- [たれ]
- 水.....300ml
- しょうゆ.....大さじ2
- みりん.....大さじ2

【作り方】

- ①生ザケは塩を振り、少し時間をおく。水分が出たらキッチンペーパーで水分を拭き取ってから、片栗粉をまぶす。残った片栗粉は使用するので取っておく。
- ②フライパンにサラダ油をひき、サケをこんがり焼き色が付くように焼く。
ポイント! 盛り付けるとき、上になる方から焼く。
- ③キノコ類を食べやすい大きさに切る。
- ④鍋にたれの材料を合わせる。
- ⑤④に③のキノコ類を入れて煮る。
- ⑥仕上げに①で残った片栗粉を水(分量外)で溶き、とろみをつける。
- ⑦②のサケに⑥のあんをかけ、ネギを散らす。

ポイント! 味が物足りない方は、ネギと一緒にかつお節を散らす。



秋の食材をおいしく
ヘルシーに!

毎月19日は
食前の日

☎健康長寿課 健康推進係 ☎お太助フォン 42-5633