



編集 生涯教育課 TEL 25-2005 FAX 22-4020
kysyakai@town.kiyosato.hokkaido.jp

清里町文化賞・スポーツ賞受賞者候補の推薦を受け付けます

町の文化の進展に貢献した方、スポーツで優秀な成績を収めた方、また、スポーツの振興に著しく貢献した個人や団体に對して、各賞を授与します。

推薦期限 9月29日(金)

ただし、スポーツで優秀な成績を収めた個人や団体に関しては随時受け付けます。

詳細と申込先

教育委員会生涯教育課
電話 25 2005

まちかどギャラリー「夏休み作品展」

小学生が夏休み中に作成した作品を展示します。

とき 9月4日(月)～14日(木) ところ プラネット97、札幌センター、緑センター、コミット

詳細 教育委員会生涯教育課
電話 25 2005

「写真の撮り方講座」

デジタルカメラの機能や基本操作、被写体に応じた写真の撮り方を学びます。

とき 9月26日(火)

学校2学期制の導入についてお伝えします

来年4月からの学校2学期制導入に向けて、「2学期制検討委員会」で具体的な検討を行なっていました。検討の結果がまとまりました。

今後は、各学校での保護者への説明や、町広報紙等を活用して皆さんにお伝えします。

なお、「広報きよさと」10月号で、2学期制検討委員会の検討結果をお知らせします。

詳細 教育委員会
生涯教育課 学校教育係
電話 25 2139

午前10時～正午

ところ プラネット97会議室
対象 町内在住18歳以上、デジタルカメラを持つている方

定員 20名(5名以上で実施、定員になり次第締め切り)

受講料 無料

講師 篠田恵介氏

「生涯教育のススメ」
ひとこと ● ●
● ● コラム
藤 森 忠 雄
生涯教育専門員

「これはうまい！」

神奈川県親友の家に私はきよさと産の春小麦粉をおみやげに持っていった。早速彼の奥さんがその小麦粉を原料にした食パンを焼いてくれた。焼きたてよりちよつと時間を置いた方がうまくなるのではないかと思いつきながら、三人とも待ちきれずに焼きたての食パンを口に入れた。

「これはうまい」三人とも「やっぱりうまいな」私も本当においしいと思った。こんな小麦粉こちらでは手に入らないのよ」「スーパードに行っても生産者のわかる小麦粉って売ってないしね」生産者の分かる小麦粉を手

申込期限 電話やメールで9月21日(木)までに申込みください

詳細と申込先

プラネット97事業係

電話 25 2005

メール kyanet@town.kiyosato.jp

saio.hokkaido.jp

にいたいと思うわよ」。いま、日本で消費されている小麦は1年間で約630万トン、この内89%は輸入、国内産小麦は11%になっている。この数字から見ても国内産、ましてや生産者のわかる小麦粉を手に入れることは至難の技であることはわかる。日本の消費者の望んでいるのは、信頼のできる生産者が作った安心できるおいしい小麦粉である。小麦の原産地はいまのイスラエルあたりで、日本には弥生時代に入ってきた。小麦は世界で最も広く栽培されているイネ科の作物。小麦の粒はもろいのでお米のように粒としては利用しづらく粉にして利用することが多い。小麦粉に水を加えて練ると、ねばねばして弾力のあるグルテンになる。これが小麦粉の大きな特徴で、この性質を利用してお菓子、パン、うどん等を作る。グルテンの量により強力粉、中力粉、薄力粉に分ける。小麦の栄養成分は、中心の胚乳部分が最もテンブン含有量が高く、外層に向かうにしたがい、タンパク質、脂質、無機質、ビタミン及び食物繊維の含有量が高くなる。この外層部分を「小麦ふすま」と呼び、近年大腸ガンに有効なフィチン酸が含まれると聞く。また、「小麦ふすま」の食物繊維は、不溶性食物繊維で現在特に見直されている栄養素のひとつで、その生理作用は便秘、肥満、糖尿病、大腸ガンなどを予防し生活習慣病の改善に役立つそうだ。「小麦粉」は精白すると、栄養素が損なわれる。精白小麦粉に比べ精白されない「全粒小麦粉」には鉄分と銅が約3倍、亜鉛は約4倍、ビタミンB1、B2、B6は3～5倍、そして食物繊維が約4倍と驚くほどの栄養素が含まれている。こんな優れた食材「全粒小麦粉」を手に入れたい。