# 「国東市バイオマス活用推進計画」策定

バイオマスとは、「動植物に由来する有機物である資源（化石資源を除く）」であり、持続的に再生可能な資源として、積極的な活用が求められています。

本市は、農作物は米を中心とし、近年では小ネギやオリーブの栽培を推進しており、畜産では肉牛、乳牛、豚、鶏が飼育され、また森林面積が市全体の 61％を占めるなど、これらから排出されるバイオマスが存在しています。

このような状況から、今後のバイオマス活用推進の方向性を明らかにして、本市のバイオマス資源の活用を促進するため、「国東市バイオマス活用推進計画」を平成 28 年 7 月に策定しました。

計画については、ホームページに掲載しています。

問合先　環境衛生課　☎ 0978-72-9001

# 木造住宅の簡易耐震診断の実施について

市では、県・建築士事務所協会と協力して、ご自宅の簡易耐震診断を行います。簡易耐震診断では、住宅のどのようなところに地震に対する強さや弱さがあるのかを調べることができます。また、リフォームや耐震化の助言も行います。

**対　象**　昭和56年5月31日以前に建築された木造一戸建て住宅

**日　時**　9月5日（月）～9日（金）　※詳細な日時については、ご希望をお伺いした上で確定します。

**費　用**　1,000円（建築士へ直接支払）　**募集戸数**　3戸　**申込締切**　8月19日（金）

**その他**　簡易耐震診断は、市職員等もご自宅に伺い、1～2時間程度で行います。ご自宅の図面がある場合は、当日ご用意頂けると短時間で実施できます。※詳細についてはお気軽にお問い合わせください。

申込・問合先　財政課財産活用係　☎ 0978-72-5165

家を建てるなら…　そうだ！　ここにしよう！

# 暮らしやすい環境（まち）がここにある!!

| 分譲宅地 | 所在地 | 区画 | 区画面積 | 分譲価格 |
|---|---|---|---|---|
| 金久分譲宅地 | 国見町伊美 | 7 | 229.07㎡ ～ 374.47㎡ | 2,130千円 ～ 2,883千円 |
| 塩屋グリーンタウン | 安岐町塩屋 | 10 | 293㎡ ～ 490㎡ | 4,225千円 ～ 6,707千円 |

**金久分譲宅地**

国見総合支所や学校などにも近く、自然豊かで閑静な住宅地！

**塩屋グリーンタウン**

スーパーや銀行などにも近く、ゆったりとした区画の住宅地！

※土地取得後、住宅を新築された方は、国東市の『住宅新築・購入応援奨励金』の対象になります。

現地の詳しい情報等は、国東市のホームページからご覧になれます。
トップページの 企業・雇用・分譲 をクリックしてください。

問合先　国東市土地開発公社（国東市活力創生課内）　☎ 0978-72-5183



国保発　市民健康課

# 健康応援レシピ「国東TAKOライス」

## ‘ご当地かるしおレシピ’第3回S-1g大会『優秀賞』受賞!!

国立循環器病研究センター（大阪市）が主催するこの大会は、塩をかるく使ってうまみを引きだし、さらには各地の特産品を活用したレシピを考案し、循環器病予防のために食生活改善に地域ぐるみで取り組むことを広げようとするものです。国東市市民健康課においても、国民健康保険事業の取り組みの一環として、保健事業に力を入れています。チーム「国保」も最終選考会に参加し、大学・高校・病院・施設等様々な分野の‘かるしおレシピ’と肩を並べ「国東 TAKO ライス」をPRしてきました。

これからも、市民のみなさまの健康づくりのため、手軽にできる「健康応援レシピ」を発信していきます！

国保発　さいしょに野菜！きちんと野菜！！

# 健康応援レシピ

『食』を通してあなたの健康を応援したい！
季節の食材を使って、簡単・手軽にできる体にやさしいレシピを毎月お届けします。

**今月の旬**『ゴーヤ』

ゴーヤとさつま揚げの相性が抜群！

## ゴーヤとさつま揚げの甘辛炒め

**◆材料（2人分）**

ゴーヤ……1/2本
さつま揚げ…2枚
もやし……1/2袋
ごま油……小さじ2
こしょう……少々
みりん、しょうゆ…各小さじ1
かつお節……小袋1パック

**◆作り方**

① ゴーヤは縦半分に切って種とワタを取り、うす切りにする。
② さつま揚げは短冊切りにする。
③ フライパンにごま油を熱し、ゴーヤ、もやし、さつま揚げを炒め、軽くこしょうをふる。
④ みりん、しょうゆで味付けし、かつお節を加えて炒め合わせる。

（1人分：エネルギー 104kcal ／食塩相当量 1.3g）

吉を呼ぶ！ さ吉くんの健康ワンポイント

気温が高くなったときや熱帯夜が続くと、夜間でも熱中症が起こることがあるよ。寝不足や疲れがたまっている、二日酔いや下痢などで体内の水分が減っているときなどは要注意！水分はのどが渇かなくても意識してとることが大切だよ。

問合先　市民健康課国保年金係　TEL0978-72-5166