

2011新春
科学的健康シェイプアップ教室

メタボリック対策、ダイエットやプロポーシオン改善に効果！生活習慣病などにお悩みの方もぜひご入会ください。スポーツ科学を基にした健康づくり実践プログラムです。
健康的にシェイプアップしましょう！
期間 平成23年1月12日(水)
〜3月上旬(7回)
教室日 毎週木曜、昼部午後2時〜
夜部午後6時30分〜(各90分間)
定員 昼部・夜部ともに各10名
(先着順)

受講料 3000円 (施設使用料は別途必要です)

申込み 12月10日(金)〜1月19日(水)
教室専用「申込み用紙」に記入し、佐渡スポーツハウス事務室受付にて手続きしてください。定員になり次第締め切ります。

申込受付時間 日曜・祝日 午前9時〜午後5時 / 月〜土曜日 午前9時〜午後8時

お問い合わせ 佐渡スポーツハウス ☎55-2566

交通事故にあったときは・・・

交通事故など第三者(加害者)によりケガなどをした場合でも、届け出することで国民健康保険や後期高齢者医療で治療を受けることができます。

この場合、治療費は国民健康保険や後期高齢者医療が立て替え払いをし、あとで加害者(加害者が加入している自賠責保険等を含む)にその立て替え分を請求することになります。

小さな事故でも、必ず警察に届け出るとともに、国民健康保険や後期高齢者医療にも届け出をしてください。

- 届け出の際は、保険証、印鑑、交通事故証明書を持参してください。
- 加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませてしまうと、国民健康保険や後期高齢者医療で治療が受けられなくなることがありますので、ご注意ください。

お問い合わせ

市役所市民生活課 国保係・年金係
☎63-5112

復活両津地区カラオケ大会

両津地区で大盛況だったカラオケ大会が復活します！

出場者は両津地区在住の方はもちろん、今回は両津地区の事業所に勤務している方まで幅広く募集して開催します。住民相互の親睦を深める大会です。みんなで盛り上がりましょう！

日時 平成23年2月13日(日)
午後1時から

会場 両津文化会館

入場料 全席自由 500円
チケットのお求めは、

アミューズメント佐渡、教育委員会社会教育課(両津支所2階)、両津地区公民館、丸屋書店(両津)まで

お問い合わせ

アミューズメント佐渡
復活両津地区カラオケ大会事務局
☎52-2001

島内の飲食店の皆さま
佐渡天然ブリカツ丼を提供いただける
新しい仲間を募集しています！

7月7日のデビュー以来、皆さんにお試しいただいている「佐渡天然ブリカツ丼」。おかげさまで10月末に1万食を達成しました！

佐渡ご当地グルメ普及促進協議会では新規参加店を募集しています。佐渡市内の飲食店で2011年春から佐渡天然ブリカツ丼の「定義とルール」を守っていただき、既存参加店との「連携」と「競争」に取り組んでいただける方の参加をお待ちしています。

詳しくはお問い合わせください。

佐渡ご当地グルメ普及促進協議会(社)佐渡観光協会内
☎24-1955 FAX27-5040
メール info@burikatsu.com



佐渡天然ブリカツ丼定義

- ①正式名称は『佐渡天然ブリカツ丼』とする。
- ②佐渡産の天然ブリを使用する。
- ③天然ブリのカツは、5切れ(1切れ約20グラム)とする。
- ④タレは協議会指定レシピの「特製あごだし醤油ダレ」を使用する。
- ⑤佐渡市認証米「朱鷺と暮らす郷(コシヒカリ)」の米粉を衣に使う。
- ⑥ごはんを使用するお米は佐渡市認証米「朱鷺と暮らす郷(コシヒカリ)」とする。
- ⑦副菜として地場産の「イカナガも」をつける。
- ⑧地場産の食材にこだわった汁ものをつける。
- ⑨佐渡産の果物、果実を使ったデザートをつける(果物、果実そのものでも可)
- ⑩『佐渡天然ブリカツ丼』の認証ともなる大漁旗をつける。
- ⑪価格は1,200円以下(税込み)とする。など