



# ふれあいの駅 元年8月号

# うりぼう

No. 178



**暑い夏 風鈴の音に いやされて！ 夏祭り 熱中症に ご用心！**

暑中お見舞い申し上げます。昨年の記録的猛暑に比べるとすごしやすい毎日ですが、いよいよ8月。本格的な夏がやってきて猛暑となりそうで熱中症の注意が必要です。家の中においても無理な節電は避けて適度な水分補給とエアコンの使用で熱中症に気をつけて、暑い夏を元気で乗り切りましょう。

西洋の諺に、「トマトが実れば医者が青くなる」とトマトの健康効果についての言葉がありますが、旬の野菜には旬の効果があるという意味も含まれています。夏に不足しがちなカリウムやビタミン類といった栄養素を、カラフルな夏野菜で美味しく補給し、夏バテや熱中症を予防しましょう。

さて、うりぼう店内も夏野菜のピークは過ぎましたが、これからは梨、いちじく、ぶどうなどの果物がいろいろ出荷され賑やかになってきます。また、「お盆フェア」では仏花や小菊などたくさんの花を販売し、恒例のほうずき市も10～13日店頭で開催しますが、できれば少し早くお買い求めされた方が、並らなくて良いものが買えると思いますので準備をお願いします。また、供物や手土産にうりぼうの果物や加工品などはいかがでしょう？ 地元のスイカ、梨、ぶどう、イチジク、メロンなど旬の果物や素麺、いなべ蕎麦、うりぼ～のゼラートなども大変喜ばれると思いますよ。

最後に、人気の豚肉さくらポークを生産する養豚場が豚コレラに感染し、残念ながら全頭殺処分となりうりぼうでも販売できなくなりました。今後は、同じさくらポークを飼育している鈴鹿や亀山のグループ農場より松葉ピッグファームが豚肉を仕入れて販売していきますのでこれからもご愛顧をお願いします。美味しいさくらポーク松葉の肉をまた皆さんに味わっていただける日が、一日でも早く来るよう応援していきますのでよろしくお願いします。

## イベント情報 お盆休み 8月15,16日 定休日 8月27日

### お盆フェア

8月10日(土)～14日(水)

花・果物・野菜等お盆用品の販売

10～13日 ほうずき市  
ほうずきや小菊などの店頭販売

お供物・手土産販売

地元産すいか、梨、ぶどう、いちじく、素麺、蕎麦など

### いなべ市ど真ん中祭り

日時 8月11日(日)  
午後3時～8時

場所 北勢市民会館駐車場

内容 盆踊り 抽選会 屋台  
ステージショーなど

主催 いなべ市子供会連合会

## 体験工房情報

目指せそば打ち有段者！

### そば打ち教室

8/3,24 AM9:00～

体験料 2,500円

講師 そば打ち同好会秋白花

和食一筋40年の経験を教えます！

### 鳥巢さんの料理教室

8/7 AM10:00～

体験料 1,000円

講師 惣菜部 鳥巢 憲吾

自分の心のままに描きましょう！

### 己書教室

8/19 PM1:30～

体験料 2,160円

講師 粥川 明子

美味しい蕎麦を打ちましょう！

### そば打ち体験教室

8/18 AM9:00～

体験料 2,500円

講師 そば工房 猪

### 第9回 いなべ市 Eポート 交流大会

日時 8月31日(土)  
9:30～

場所 中里ダム

主催 Eポート交流大会  
実行委員会

お問合せ 市教育委員会  
生涯学習課