

# 野菜品評会出品募集

- 出品 (1) 出品物は、御園宇、西条中央、鏡地区に住んでいる者が、自分で育たもの、及びそれを自分で加工したものとしてします。
- (2) 出品物には、地区名と氏名をつけて下さい。
- (3) 出品物は、参考出品を除き、お返し致しません。
- (4) 出品物の規格単位(数、量など)を厳守して下さい。
- (5) 出品者全員に参加賞を贈ります。

日程	搬入	11月15日(土)	9:00~12:00
	審査	11月15日(土)	13:00~
	展示	11月16日(日)	10:00~14:00
	表彰	11月16日(日)	13:30~



展示場所 御園宇地域センター北側駐車場

## 出品規格

種別	おもな野菜	出品単位
葉菜類	白菜 キャベツ 広島菜 レタス	3株
	カリフラワー ブロccoliーなど	3株
根菜類	法連草 春菊 水菜 小松菜など	200g束で3束
	ネギ ワケギ ニラなど	100g束で3束
	根深ネギ(太ネギ)	5本
イモ類	長大根 丸大根 カブ ゴボウなど*ニンジン	3本
	コカブなど	5本
	レンコン	1本
	生姜	1株
果菜類	バレイショ カンショなど	5個
	サトイモ	10個又は1株
	長イモ	1本
豆類	トマト ピーマン 胡瓜 茄子 ハヤトウリなど	5個
	カボチャ 豆類(インゲンなど)	2個 200gで3袋
豆類	大豆 小豆 ササゲ インゲン落花生など	250g
その他	シイタケ 柿 ユズなどの果実類 農産物加工品	5個 1ピン又は1パック



芸能発表終了後、即売会を行います！

健康料理教室



# おいしく食べて学ぶ 認知症予防

調理実習と認知症予防のための食生活アドバイスなど

日時 平成26年10月21日(火)  
9:30~14:00

講師 管理栄養士・保健師(健康増進課)  
持参物 エプロン・三角巾・手拭用タオル  
定員 15名  
実習費 400円程度  
申込み 御菌宇地域センター  
TEL/FAX423-3871



わくわく物作り教室

## 苔の寄せ植えを 作りました!

H26.9.6(土)



身近にあって、日ごろは気にとめない苔や石ころも、アイデア次第で見事なミニ箱庭になりました。水を切らさないよう気をつけます。

高橋先生、熊本先生ありがとうございました。

