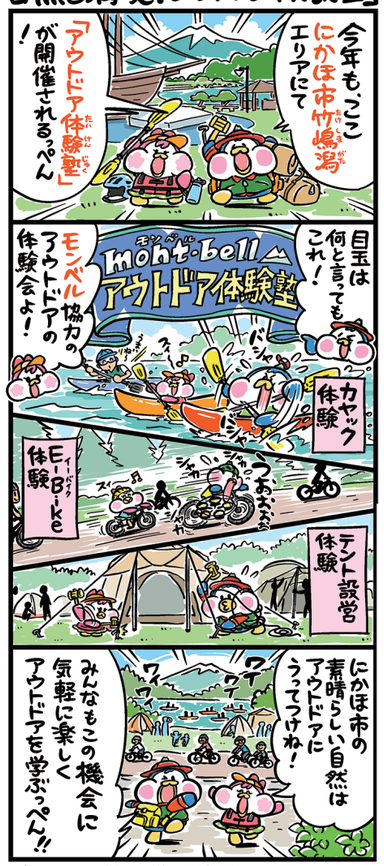
自然を満喫！「アウトドア体験塾」



☆イベント詳細は、後日広報で紹介するっぺん！

第39回

にかほっぺんのにかほ紹介！

絵・板垣奈々

N-cafe

NIKAHO HIGH SCHOOL-COOKING CLUB

スイートポテト vol.22

あの名探偵も大好きな…

－材料（6個分）－

・さつまいも	200g（中1本）
・バター	10g
・てんさい糖	20g
・牛乳	20g
・塩	少々
・卵黄	適量
・アーモンドスライス	適量

－作り方－

①さつまいもは輪切りにして皮をむき、３分ほど水にさらす。
②耐熱皿に入れてラップをかけ、レンジで柔らかくなるまで５分ほど加熱する。
③②をボウルに入れ、熱いうちにマッシャーなどで潰す。バター・てんさい糖・塩を加えてよく混ぜ、牛乳を少しずつ加える。
④成形してアルミカップにのせ、表面につや出し用の卵黄を塗る。アーモンドスライスをのせる。
⑤200℃に予熱したオーブンで20分程加熱し、焼き色をつける。

＊牛乳の量は芋の水分に合わせて調整してください。

新入生が加わってパワーアップ！

レシピ・撮影協力：仁賀保高等学校クッキングクラブ（NCC）

Mt.Chokai & Tobishima Island Geopark 鳥海山・飛島ジオパーク

鳥海山・飛島ジオパークリレーコラム
～日本海と大地がつくる水と命の循環～ vol.104

『経験したことがない領域へ』

慶應義塾大学
環境情報学部教授
一ノ瀬友博（いちのせ ともひろ）氏

今年はまさに酷暑と呼ぶにふさわしいほどの暑さを私たちは経験している。北海道を含めた北日本でも35度を超える猛暑日が度々記録されている。世界気象機関（WMO）と欧州連合（EU）の気象情報機関「コペルニクス気候変動サービス」によれば、2023年7月は世界の平均気温が観測史上最高となるそうだ。古気候学者によれば12万5，000年ぶりの暑さだという。このところの天気予報では、「災害級の暑さ」という言葉が度々使われているが、2022年6月から9月の間に1，387人が熱中症で亡くなっているので、去年は間違いなく最も多くの死者を出している災害である。

平均気温上昇の影響は、暑さだけに留まらない。降雨量の増大をもたらし、災害リスクを上昇させる。国土交通省によれば、平均気温が2度上昇すると降水量は1.1倍になり、洪水発生頻度は2倍になるという。秋田市では、7月中旬の大雨で観測史上最大の24時間雨量を記録し、1，000世帯以上が床上浸水となる過去最大の水害を経験したばかりである。

暑さにしても、水害にしても、人類がこれまで経験したことがない領域に入りつつある。私たちは気候変動時代を生き抜くために、住まい方を含めたライフスタイルを改めて考え直さなければいけない。

NIKAHO information

正しく理解

９月はアルツハイマー月間です

超高齢社会の到来により、当市でも「認知症とともに生きる」高齢者が増えつつあります。認知症になったら何もできなくなるという考えは大きな間違いであり、認知症になってもできることはたくさんあります。ただ、そこには周りの方のちょっとしたお手伝いが必要になります。認知症のことを正しく理解し、みんなで認知症の方の支えになりましょう。

認知症サポーター養成講座

認知症やその対応について学ぶことができます。各団体や職場の研修等で利用ください！要望に応じた内容、時間等で受講可能です。申込みは地域包括支援センターへ（☎32-3045）

認知症とともに、わたしを生きる

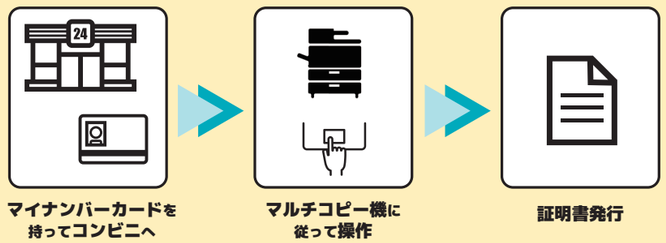
認知症の方の作品と想い、認知症や成年後見制度などに関するパネルなどを、象潟公民館ギャラリーに展示します。
▷期間　**９**月**１**日㈮～**30**日㈯

認知症に関する相談は、にかほ市地域包括支援センターまで！

問合先　地域包括支援センター☎32-3045

簡単便利

コンビニ交付 サービス展開中



全国のコンビニエンスストア等にあるマルチコピー機で、にかほ市の住民票の写しや印鑑登録証明書、課税（所得）証明書等が取得できるコンビニ交付が始まっています。市役所に行くのが大変、時間が無い、そんな悩みを解決する新サービスをぜひ利用ください。

注意　**コンビニ交付の利用には マイナンバーカードが必要です！**

コンビニで各種証明書を発行するには、利用者電子証明書が搭載されているマイナンバーカードが必要となります。

問合先　市民課☎32－3035
税務課☎43－7505（課税（所得）証明書に関すること））

各種大会結果

にかほ市消防訓練大会

▷消防団長表彰（団体表彰）▷訓練礼式の部／①第２分団**上郷地区**／②第３分団**上浜地区**／③第５分団**平沢地区**▷小型ポンプ操法の部／①第６分団第３部１班**釜ヶ台**／②第３分団第２部１班**川袋**／③第６分団第２部１班**田抓**▷ポンプ車操法の部／①第４分団第１部１班**金浦元町**／②第５分団第１部１班**平沢**▷市長表彰（個人表彰）▷訓練礼式の部／第２分団**佐々木仁**（指揮者）▷小型ポンプ操法の部／第６分団第３部１班**佐藤渓輔**（指揮者）／第６分団第３部１班**工藤俊輝**（１番員）／第６分団第３部１班**加藤大誠**（２番員）／第６分団第３部１班**佐藤滝二**（３番員）▷ポンプ車操法の部／第５分団第１部１班**藤井良平**（指揮者）／第４分団第１部１班**小松貴幸**（１番員）／第４分団第１部１班**齊藤哲太**（２番員）／第４分団第１部１班**本多圭亮**（３番員）／第４分団第１部１班**齊藤大輔**（４番員）

秋田県中学校総合体育大会

▷陸上▷男子１年1500ｍ／①**佐々木瑠清**（仁賀保中）…4分31秒89

全日本吹奏楽コンクール 秋田県中央地区大会

▷中学生小編成の部／金賞・**仁賀保中学校／金浦中学校／象潟中学校**

秋田県ミニバスケットボール夏季大会

②**象潟ミニバスケットボールスポーツ少年団**