

しるち  
**落合町福地地区**

所／岡山県高梁市落合町福地  
P／あり（イベント時のみ）  
問／0866-21-0461  
（一社）高梁市観光協会



6月上旬  
中旬

ゲンジボタルが鑑賞できる。福地小学校前の福地川で乱舞するホタルの姿を見られる。「神楽の里でホタルまつり」は6月上旬に行われ、メイン会場の福地小学校校庭では地元のバザーや神楽が行われて賑わう。

**北房ほたる公園**

所／岡山県真庭市下峇部1203-1  
P／あり  
問／0866-52-2111  
真庭市役所北房支局総務振興課



6月中旬  
7月初旬

備中川を取り巻くようにして開けた山間の里にある公園。環境省の「ふるさといきもの里100選」に指定され、緑豊かな地だ。種類はゲンジボタルで、乱舞する様子は幻想的。公園内には資料館もある。

**ホタル特集**

**河会川周辺**

所／岡山県美作市北243  
P／あり  
問／0868-72-6693  
美作市観光振興課



5月中旬  
6月中旬

ゲンジボタルとヘイケボタルが鑑賞できる。北地区・河会コミュニティハウスそばを流れる河会川にも数多くのホタルが棲息。6月上旬には「河会ほたる祭り」が開催される。

**福山市駅家町服部川一帯**

所／広島県福山市  
駅家町服部川一帯  
P／不明  
問／084-978-0810  
福山市服部公民館

5月下旬  
6月



ゲンジホタルが5月末～6月にかけて見られ、ホタルの館では幼虫の飼育・パネルの展示など行っている。

**宇内ホタル公園**

所／小田郡矢掛町宇内  
P／なし  
問／0866-82-1010  
（矢掛町総務企画課）



6月上旬

公園一帯にゲンジボタルが出現。ホタルの飛び交う姿は、6月上旬が見頃。毎年6月には、「宇内ホタル公園」にて「宇内ほたる観賞月間」を開催。地元団体などによる出店や子供備中神楽などのステージイベントも開かれ、大いに賑わう。

**ホタル観賞のマナー**

- ★ホタルは人工の光が嫌いです  
ホタルは強い光を嫌います。携帯やカメラのフラッシュ撮影はご遠慮いただき、車のライトや懐中電灯の光を蛍や河川に向けないようにしましょう。
- ★蛍を絶対に獲らないでください  
成虫で過ごす短い期間は、子孫を増やすための大事な時間です。そっとしてあげてください。
- ★静かに鑑賞しましょう  
ホタルは静かなところを好みます。騒がしくするとすぐ逃げてしまいますので、静かに観賞しましょう。
- ★ゴミは持ち帰りましょう  
環境保全のため、各自でお持ち帰りください。

**地震に対する備えをしましょう!**

天災は急にやってきます。  
それに備えて日ごろからもしもの時に準備をしましょう。

■非常時持出品を準備する

非常時持出品は、備蓄品の中から、避難生活に必要なものを選ぶのがよいでしょう。備蓄品にない場合は、必要に応じて準備しましょう。

■非常時持出品一例

貴重品	現金「10円玉、100円玉なども公衆電話用に準備」、車や家の予備鍵、予備のめがね、銀行の口座番号生命保険契約番号など、健康保険証、身分証明書、印鑑、母子健康手帳
情報収集品	携帯電話（充電器含む）、携帯ラジオ（予備電池含む）、家族写真（はぐれた時の確認用）、緊急時の家族・親戚・知人の連絡先リスト、広域非難地図、筆記用具
食料など	非常食、飲料水
便利品	防災頭巾かヘルメット、懐中電灯（予備電池含む）、笛やブザー（音を出して居場所を知らせる物）、万能ナイフ、使い捨てカイロ、マスク、ビニール袋、アルミ製保湿シート、毛布、スリッパ、マッチカライター、給水袋、雨具
清潔・健康の為	救急セット、常備薬、持病薬、タオル、トイレトペーパー、着替え（下着含む）、ウェットティッシュ
その他	紙おむつ、生理用品、粉ミルク、哺乳瓶など必要に応じて

今からでも非常時持出品を準備してもしもの時に備えましょう!



**ゴールド保安認定事業者に認定されました**

LPガスの保安の高度化を促進するため、経済産業省は4月1日から「ゴールド保安認定」制度をスタートさせました。

この制度は、「集中監視システム」を積極的に導入し、高度な保安体制を構築しているLPガス販売事業者を認定する制度です。

当社はこのたび、LPガス供給エリアが岡山・広島にまたがる広域事業者としては、一社のみ「ゴールド保安認定事業者」に認定されました。

今後益々、お客様の安心・安全のため、いつもお客様のそばで安全を見守ってまいります。



**認定LPガス販売事業者制度とは**

「認定LPガス販売事業者制度」とは、「認定LPガス販売事業者」として、LPガスの保安の高度化に特に積極的に取り組んでいるLPガス販売事業者を、経済産業省から認定する制度です。認定を受けた事業者は、LPガスの供給エリアを拡大する際の審査が2段階とされる制度を平成28年4月からスタートします。



**つばめTV!**

つばめTV料理動画が累計15,000回以上再生されました。誠に有難うございます。

QRコードの読み取り または 検索! You Tube つばめTV

**きゅうりのヨーグルトサラダ**

- 〈材料〉
- きゅうり ……2本
  - 塩 ……小さじ2
  - 砂糖 ……小さじ2
  - ヨーグルト ……大さじ1
  - マヨネーズ ……大さじ1
  - ガーリックパウダー ……ひとつまみ



- 〈作り方〉
- ①きゅうりの皮を多めにひいて7mmほどの輪切りにする
  - ②塩と砂糖をまぶし、しばらく置く
  - ③ヨーグルトとマヨネーズを合わせ、ガーリックパウダーとしっかり水気を切ったきゅうりを混ぜる



**黒豆梅ごはん**

- 〈材料〉
- 白米 ……3合（あれば少量のもち米）
  - 黒大豆 ……大さじ2
  - 梅干し ……2〜3こ
  - ごま ……少々



- 〈作り方〉
- ①フライパンに油をひかずに黒大豆をならべて、ひび割れるまでごく弱火で10分煎る
  - ②すこし多めの水加減をして、煎った豆と梅干しを加え、普通に炊飯する
  - ③炊きあがりに塩少々とごまを振ってできあがり



**もちり美味しいニョッキ**



手軽にもっちり美味しいニョッキを作ってみませんか? 薄力粉を使うとふんわり繊細な味に、強力粉を加えるともちり感ができます。白いきのこのクリームソースと相性ぴったり!

主な材料/  
じゃがいも  
小麦粉  
きのこ類  
生クリーム



監修「クレールクッキングサロン」  
河村 啓栄先生  
野菜ソムリエとして活動のほか、雑穀エキスパート、ハーブコーディネーターの資格も持ち、旬の野菜を活かした家族に喜ばれる家庭料理が好評。常にテーブルに集まるみんながHAPPYになれるような、美味しくヘルシーなお料理を提案します。