

令和2年8月1日から

『生目の杜医療防災拠点』として、

新しい宮崎市郡医師会病院などが運用を開始します



移転する主な医療機関・施設

- ・宮崎市郡医師会病院
- ・宮崎歯科福祉センター
- ・夜間急病センター(内科・外科)
- ・いきめの杜 社会薬局
- ・宮崎看護専門学校

※宮崎市郡医師会、宮崎市郡歯科医師会、宮崎市郡薬剤師会の各事務局も併設されます。

防災緑地
医療防災拠点の中心にある防災緑地は、平常時は日中開放を予定しており、市民の憩いの場として活用できます。また、大規模災害発生時の県の後方支援拠点である生目の杜運動公園との連携を図ることができることから、自衛隊等による救援の受け入れ場所となります。

生目の杜医療防災拠点は、南海トラフ巨大地震等の大規模災害が発生した場合においても、速やかな救援・救助活動が行えるよう医療・防災の拠点として宮崎西インターチェンジ周辺に一体的に整備を進めてきました。敷地内には、防災緑地や地域災害拠点病院である宮崎市郡医師会病院、宮崎歯科福祉センター、いきめの杜 社会薬局などが建設され、8月1日から運用を開始し、本市の総合的な医療・防災の新しい拠点として、充実強化が図られることとなります。

【夜間急病センターの休診情報】
※移転に伴う休診情報について、「健康・福祉」(P17)に掲載しています。
※夜間急病センター小児科(県立宮崎病院附属棟)については、場所・診療時間等に変更はありません。

問 企画政策課 TEL21-1711 FAX31-6557

マイナンバーカードで 上限5,000円分の マイナポイント がもらえる!

マイナポイントとは?
1 マイナンバーカードを取得し、
2 カードでマイナポイントを予約した人を対象に、
3 選択したキャッシュレス決済サービスで買い物に使えるポイント为国が付与する仕組みです。

どうしたらもらえるの? 簡単③Step!
Step 1 今すぐできる! マイナンバーカードを準備しよう!
Step 2 今すぐできる! マイナンバーカードを使ってマイナポイント予約!
Step 3 2020年7月以降でできる! キャッシュレス決済サービスを選び申し込む

国が実施する消費活性化策だよ!
マイナポイントPRキャラクター マイナちゃん

お問い合わせ 情報政策課 マイナンバーカード推進室 TEL 42-2036 FAX 22-6106



今月のひなた食材
「きゅうり」

新鮮なきゅうりほど切り口はみずみずしく、明るい色をしています。緑が濃いのも新鮮な証拠。利尿作用もあり、むくみ解消にも効果的です。

宮崎の恵でつくる郷土料理を知り、同じ食材を使って今晚の一品に
ひなた Dish



きゅうりと 鱈の香味和え

冷や汁の具材で簡単和えもの。さっぱりしていてこれからの季節にぴったり。お酒にも合う一品です。

- 【材料】**
- | | | | |
|------------|------|-----|---------|
| きゅうり(ひと口大) | 大1本 | 白ごま | 大さじ1/2 |
| 塩 | 少々 | ごま油 | 大さじ1/2 |
| 鱈の開き(干物) | 小1枚 | みそ | 大さじ1/2弱 |
| 木綿豆腐 | 150g | 砂糖 | 小さじ1/2 |
| みょうが | 2本 | 酢 | 小さじ1 |
| 大葉 | 4枚 | | |

- 【簡単な作り方】**
- ひと口大に切ったきゅうりに塩をまぶして、しばらくして水分を切る。
 - 豆腐はキッチンペーパー等で包んで水気をしっかりと切り、小さめにちぎる。
 - 鱈の干物は焼いてほぐす。
 - ボウルにAを入れて混ぜ、①・②・③・細切りにしたみょうが・大葉を加えてさっくりと和える。

分量 2~3人分 カロリー 157Kcal 調理時間 約15分 ※1人あたり

フードスタイリスト・わかなさんの “調理のポイント”

きゅうりと豆腐から水分が出て味が薄くなってしまいますので、水気はしっかりと切っておきます。具材と調味料は食べる直前に和えましょう。カロリー低めでも栄養たっぷり。しかも簡単。これで暑さを乗り切りましょう!



<冷や汁>
一般家庭で食べられていた郷土料理。すりつぶした魚や焼き味噌、豆腐に葉味を加えて、ご飯にかけていただくのが定番スタイルです。