

消防協力者に感謝状を贈呈

☎消防総務課 ☎(92) 1315

2月19日、市消防本部を会場に、心肺停止状態に陥った傷病者への迅速な応急処置で、社会復帰に貢献した消防協力者4人に、敬意を表するとともに、その功績を称えるため、消防長から感謝状を贈呈しました。〈敬称略〉

感謝状受賞者

- 大槻 龍巳 ○磯村 紘二
- 山田 裕美子 ○武仲 得郎



令和7年度 富里市市民活動感謝状を贈呈

☎市民活動推進課 ☎(93) 1117

2月5日、市内で市民活動を実践している団体や個人に感謝の意を表し、3団体、個人1人、3事業者に感謝状を贈呈しました。〈敬称略〉

市民活動感謝状受賞者

- とみさとトイズクラブ ○ヘルシー保険薬局
- スコップ三味線 めごっこ ○お食事処 匠
- 傾聴ボランティアグループ「ひまわり」 ○楽酒ダイニング武尊
- 草野 孝江

受賞団体・受賞者の取組は、順次、広報とみさとに掲載予定です。



おいしく減塩!大作戦

副菜編

「とみさと元気なまち宣言」の取組として、塩分控えめのおすすめレシピをご紹介します！
塩分の取り過ぎは、さまざまな病気のリスクを高めます。
健康で長生きを目指して、「減塩生活」を始めましょう。



レシピ担当者：渡辺敬子さん・加藤佳子さん

◇小松菜とえのきのおかか和え (1人分 18カロリー 塩分0.5グラム)

材料	分量 (4人分)	作り方
小松菜	1束	①小松菜は茹でて水気を絞り、4センチの長さに切る。 ②えのきは半分の長さに切って茹でる。(小松菜の残り湯でOK！) ③梅干しは種を取って包丁でたたく。 ④水気をしっかりきった小松菜・えのき、③、●の調味料をよく混ぜる。
えのき	1袋	
梅干し	1個	
●かつお節	小1袋 (2グラム)	
●だし汁	大さじ1	地区保健推進員さんのワンポイントアドバイス！ 今回は、塩分3%の梅干しを使用しています。 塩分濃度が高くなれば、その分塩分量も増えるので、注意しましょう。
●ポン酢しょうゆ	大さじ2/3	



すえひろのうじょう 末廣農場

☎末廣農場 ☎(93) 1200

イベントなどの最新情報はこちらをご覧ください。

公式ホームページ



公式 Instagram (@suehironoujyou)



市の人口 2026.2.28現在

人口：49,890人 (-58) 世帯数：25,856世帯 (-49)
男：25,553人 (-40) 女：24,337人 (-18)

※ ()内は前月比

