

出雲のいいものみんなで応援!!

地域企業の販売応援サイト「フレフレいずも」



出雲市商工団体協議会では、市内のお店の売り上げ回復や販路の確保を目的に販売応援サイトを開設されています。市では、事業者支援の観点から、このプロジェクトを応援しています。



テイクアウト、雑貨、買物代行サービスなど情報満載

ディオッサの皆さんも応援



市が応援する女子サッカーチーム「ディオッサ出雲FC」では、“おうちでできる運動”の動画を公開されています。



選手と一緒にストレッチに挑戦

食べて応援!! おいしい出雲

飲食店の休業などにより、農産物等の消費が落ち込み、価格低迷、販路縮小などの影響を受けています。市内で獲れた野菜や魚介類を積極的に消費していただくことで、生産者の応援につながります。出雲産の野菜や果物、お魚を美味しく食べて、コロナウイルスに負けない体を作りましょう。

アジ



提供：島根県松江水産事務所

春から夏にかけて脂がのってます

アジ(マアジ)は、出雲市では、主に定置網漁によって獲られています。たんぱく質やカルシウムなど栄養豊富で、生活習慣病の予防にも適した食材です。食べ方も、刺身、なめろう、塩焼き、フライ、南蛮漬けといろいろあります。いろんな料理法を試してみたいかがでしょう!

アジのなめろう

- ①アジを3枚におろし、大きな骨をとり、皮を手ではぎとります。
- ②味噌とお好みで小ねぎや青じそと一緒に包丁でたたきます。

シャインマスカット



7~8月が食べ頃です。

パリッとした食感

糖度が高く、しっかりした果肉が特徴のシャインマスカット。

種もなく、皮ごと食べられ、出雲市で生産量を伸ばしているぶどうです。甘みと食感をぜひ味わってください。

感染が疑われる場合の相談窓口(帰国者・接触者相談センター)

※相談の目安が変わりました

少なくとも以下のいずれかに該当する場合は、すぐに相談ください。

- 息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
 - 高齢者や基礎疾患がある方、妊婦の方で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
 - 上記以外の方で、発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合
- ※この目安は、相談・受診する目安です。検査については、これまでどおり医師が個別に判断します。

○出雲保健所 8:30 ~ 21:00 (土日祝日も実施) ※緊急の場合はこの限りではありません。 ☎24-7028

感染症に関する一般的な相談窓口

健康相談	健康増進課	☎ 21-6351 fax 21-6965
自治会活動	自治振興課	☎ 21-6619 fax 21-6599
小学校・中学校	教育政策課	☎ 21-6179 fax 21-6192
保育所・幼稚園	保育幼稚園課	☎ 21-6964 fax 21-6413
スポーツ・文化活動	文化スポーツ課	☎ 21-6514 fax 21-6517
雇用	産業政策課	☎ 24-7620 fax 24-7625
中小企業の支援	商工振興課	☎ 21-6572 fax 21-6838

給付金申請手続を装った詐欺やウイルス対策に便乗した悪質商法等にご注意を!!

- 市などの公的機関が現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすることはありません。
- 身に覚えのないメールが届いたら、開かずに削除しましょう。
- 怪しいと感じたり、不安に思ったときは、生活・消費相談センター等にご相談ください。

○出雲市生活・消費相談センター ☎ 21-6682
○出雲警察署 ☎ 24-0110