

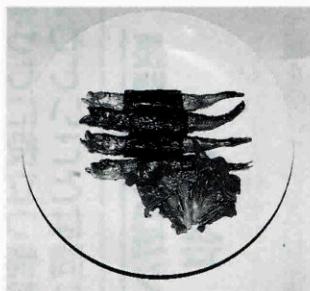
大田 順子 さん

(白濁3区)

カルシウムいっぱい
簡単メニュー!

ししゃもの
和風ムニエル

1. ししゃもに小麦粉をまぶしておく。
2. フライパンにサラダ油を熱し、1を入れる。火が通ったらしょうゆ、みりんを回し入れ、味をからめて取り出す。
3. 帯状に16枚に切った焼きのりを、2に巻いて皿に盛る。
4. 菜の花を塩ゆでし、添える。



材料 (4人分)

ししゃも	16匹
焼きのり	2枚
小麦粉	大さじ2
サラダ油	大さじ1
しょうゆ	大さじ1/2
みりん	大さじ1
菜の花	4本

栄養価 (1人分)

エネルギー	210 k cal
たんぱく質	19.9 g
カルシウム	390mg
塩分	2.2 g

お互いの人権意識の高揚を

人権について考える「長門市人権フェスティバル」が2月5日、中央公民館で行われました。向陽小児童42人による金子みすゞの詩の朗唱と合唱に続き、点訳朗読グループ「かがやきの会」所属の中村実枝さんが「人との違い、ふれあい」をテーマに、「誰もが一緒に生きていくには、心でわかりあわなければ」と話しました。元鬼太鼓座メンバー今福ゆうさんの和太鼓演奏も披露され、会場から大きな拍手が送られました。



活動成果を発表
中央公民館まつり

第20回中央公民館まつりが2月14日・15日に行われ、同公民館で活動している生涯学習グループが日頃の学習成果を発表しました。ステージでは詩吟やコーラス、ダンスなど31グループが発表、各展示会場では写真や習字、絵画、編み物などが展示されました。バザーやお楽しみ抽選会なども行われ、2日間で2千人を超える人出でにぎわいました。



中学生が

福祉施設体験学習

深川中学校1年生172人が2月12日・19日の両日、市内の福祉施設を訪問、体験学習を行いました。福祉への関心を高め、福祉の心を実践する態度を育もうと同校が2年前から実施しているもので、長門福祉作業センターを訪問した21人は、通所者と一緒に箱折作業などを体験しました。ふれあいタイムでは、ジャンケンゲームやボーリングを楽しみ交流を深めました。

家がスーパースーパー

木嶋 康治 くん
(3歳7か月)
(通15区)

仮面ライダーやウルトラマンが好き。3人兄弟、仲良く遊んでいます。
元気に育ってくれればそれが一番です。
(母 尚美さん)