

わが家のスター



かや こうた
栢 康太 くん

(1歳5か月/正明市2区)

はやくキャッチボールがしたいなあ。
(父 誠治さん)

レタス等生野菜を敷き一緒に食べるのも美味です

なすと豚ヒシの梅肉いため

- ①豚ヒレ肉は細切りし、Aで下味をつける。
- ②なすは縦に2つに切り、水につけ、水気をとって1センチ幅に切る。
- ③ピーマンは種を除き、1センチ角に切る。
- ④梅干しは種を除き、刻む。
- ⑤フライパンを熱し油大さじ1で①を炒める。色が変わったら取り出し、残りの油を加えて②③を炒める。①と④を加え全体にからめ、仕上げにしょうゆを加える。



材料 (4人分)

なす	3個
豚ヒレ肉	240g
ピーマン	2個
梅干し	大1個
油	大さじ2
酒	大さじ1
塩	大さじ1
しょうゆ	少々
しょうゆ	少々
しょうゆ	少々
しょうゆ	少々

栄養価 (1人分)

エネルギー	167kcal
たんぱく質	15.3g
脂質	7.8g
カルシウム	27mg
鉄	1.1mg
カリウム	522mg
カルシウム	157μg
食物せんい	2.7g
食塩	1.5g



広報編集室

今月の一枚

6月19日、向陽小学校で毎年恒例の萩焼づくり体験学習が行われました。体育館に集まった全校児童は、萩焼作家の田原陶兵衛さんの指導を受けながら、作品づくりに取りかかりました。茶碗や皿のほか、アニメのキャラクターなど子ども独自の自由な発想で、個性ある作品が出来上がりました。



書きくけ広報

向陽小の萩焼体験学習の取材では、いつも指導する立場の先生方も、子ども達と一緒に自分の作品づくりに没頭し、童心に返っている姿がとても印象的でした。

IT社会の申し子ともいえる現代の子ども達は、泥遊びどころか外で遊ぶ姿さえも見かけなくなりました。昔は子どもの遊びであった泥団子が、この最近ブームになっています。夢中になって粘土を扱う子どもたちの表情を見ると、現代人にとって土との触れあいは大切なことなのかもしれません。

毎月この時期になると頭を悩ますのが、かきくけ広報のネタだ。パソコンに向かい、ふと隣を向くとそこには前任者の姿。「どうせサッカーワールドカップのことでも書くんではない」とさめた一言。心の中では、「意地でも書くものか」と心に決めた。先日、胃カメラというものを初めて体験した。検査するはずの胃カメラで病気になると感じるほどつらく苦しいものだった。その後、ドクターから「少し胃炎気味ですが、きれいですね」の一言。飲むんじやなかった。



7月水道修繕当番店

◎公道部
森永水道(株)

☎ 43-0522

◎邸内部

長門プロパン

☎ 22-0806

編集・発行

長門市役所総務部
企画振興課広報統計係

F759-4108
長門市東深川一三三九番地の二
電話 0837-23-1117