

今回のメニュー

「アスパラとコーンの  
混ぜごはん」

野菜の甘みを感じられてとってもおいしいよ!



ワンポイントアドバイス

アスパラガスの穂先にはアスパラギン酸等の栄養が含まれています。疲労回復に効果がある野菜です。

もっと野菜を食べよう

食改さんの  
試してレシピ



材料(6人分)

ごはん …………… 茶碗6杯分  
アスパラガス …………… 6本  
コーン缶(粒) …………… 小1缶  
オリーブオイル …………… 大さじ2  
塩・こしょう …………… 少々

作り方

- ① アスパラガスは根元のかたい部分分を手で折り、捨てる。5mm幅の長さ切る。
  - ② コーンはザルに入れて、汁を捨てる。
  - ③ フライパンを熱し、オリーブオイル・アスパラガス・コーンを入れて炒める。塩・こしょう少々で味付けをする。
  - ④ ボウルにごはんを③を入れて切るように混ぜて出来上がり。
- ※オリーブオイルの代わりにバターで炒めてもおいしいです。



みんな集まれ!

子育て支援の催し 5月

問い合わせ

なかよし園 ☎0187(85)3115  
わくわく園 ☎0187(84)0023  
すこやか園 ☎0187(83)2100

事業名	対象・内容	期日	場所	時間
なかよし園開放	子育て支援・自由遊び	毎週月～金曜日(平日のみ)	千畑なかよし園	9:30～16:30
ひまわり広場	園内で遊ぼう	5月12日(金)		
	親子で触れ合って遊ぼう	5月19日(金)		
	5月生まれのお友達の誕生会	5月26日(金)		
わくわく園開放	子育て支援・自由遊び	毎週月～金曜日(平日のみ)	六郷わくわく園	9:30～16:30
あそびにおいて	ふれあい遊びをしよう	5月11日(木)		
	体を動かして遊ぼう	5月18日(木)		
	5月生まれのお誕生会	5月25日(木)		
すこやか園開放	子育て相談・自由遊び	毎週月～金曜日(平日のみ)	仙南すこやか園	9:30～16:30
子育て広場「ひだまり」	いつもありがとう!	5月10日(水)		
	親子でふれあい遊び	5月17日(水)		
	すこやか園で遊ぼう	5月24日(水)		
	5月生まれのお誕生会	5月31日(水)		

5月の健診  
カレンダー

会場 ● 美郷町保健センター  
■ ☎0187(84)4900

内容	日時	対象
4カ月児健診	5月30日(火) 受付/12:45～13:00	平成29年1月生まれ
7カ月児健診	5月26日(金) 受付/12:45～13:00	平成28年10月生まれ
10カ月児健診	5月30日(火) 受付/12:45～13:00	平成28年7月生まれ
1歳6カ月児健診	5月23日(火) 受付/12:45～13:00	平成27年10月生まれ



すこやかに

赤ちゃん	お父さん・お母さん	行政区
------	-----------	-----

やすらかに

亡くなった方	年齢	行政区	亡くなった方	年齢	行政区
--------	----	-----	--------	----	-----

**美郷町**  
**人のうごき**  
平成29年3月末現在  
( )内は前月比

人口	20,153人 (-90)
男	9,539人 (-48)
女	10,614人 (-42)
世帯数	6,673世帯 (-5)

戸籍の窓  
「おしあわせに」コーナーについて  
重要なお知らせ

戸籍の窓コーナーで紹介する「おしあわせに」ですが、社会環境の変化に伴い町外で手続きをする方や掲載を希望されない方が増加しており、掲載件数が年々減少しています。特に婚姻についてはプライバシーという観点からさまざまな意見がこれまで寄せられてきました。

このことから、「おしあわせに」コーナーについて平成29年5月号(3月届出分)を持って終了させていただくことにしました。(今月は掲載希望0件)なお、「すこやかに」および「やすらかに」は引き続き掲載しますのでご理解をいただきますようお願い申し上げます。



**美郷の赤ちゃん**

*Message*

元気に産まれてきてくれて  
ありがとう。希望に向かって  
光り輝く人生を。  
美智雄さん・寛子さん(第一晩)

みつき  
**星野 光希ちゃん**

.....

**「美郷の赤ちゃん」を募集します**

平成29年4月生まれの赤ちゃんの写真(1枚)の裏面に赤ちゃんのお名前と生年月日、ご両親のお名前、住所、電話番号を記入し、メッセージ(30字程度)を添えて5月12日(金)までご応募ください。

応募先 町総務課、六郷出張所、仙南出張所

**歯科休日当番医** 診察時間◎午前9時～正午

診察日	医療機関名	電話番号 (0187)
5/ 7(日)	船木歯科医院 (大仙市神宮寺)	72-3222
14(日)	富岡歯科医院 (大仙市太田町)	88-1123
21(日)	富永歯科医院 (美郷町六郷)	84-0123
28(日)	生和堂医院歯科 (大仙市刈和野)	87-3000
6/ 4(日)	金子歯科クリニック (大仙市大曲丸子町)	63-7300

**休日救急医療連携事業** (日曜日・祝日および年末年始)

診療場所	大曲厚生医療センター	電話番号 夜間および休日は 0187-63-2119
診療時間	午前9時～午後3時	
診療科目	内科・小児科	

**献血のお知らせ**

献血にご協力くださった皆様に、粗品をご用意しております。みなさまのご協力をお願いします。

実施日	時間	会場
5/24 (水)	10:00～11:30	秋田昭和産業株式会社
	13:00～16:00	美郷町役場

問●美郷町保健センター ☎0187(84)4900