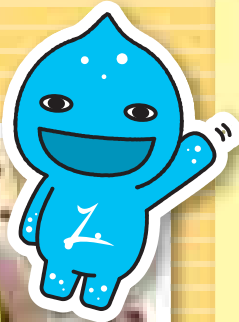


今回のメニュー

「豆とシラスの炊き込みご飯」

シラスと枝豆がこんなに合うなんて知らなかったよ!



大豆の効能

ドイツでは「畑のお肉」と言われるほど、お肉に匹敵するたんぱく質を含んでいます。骨粗鬆症・高血圧・動脈硬化予防に。
年末年始の料理にゆで大豆を取り入れてみてはいかがでしょうか。

もっと野菜を食べよう

食改さんの
試してレシピ



材 料 (約4人分)

- 米…………… 2合
- シラス…………… 40g
- 枝豆またはゆで大豆…………… 正味160g(320g)
- タマネギ…………… 1/2個
- だし汁…………… 360ml
- 日本酒…………… 大さじ2
- 白ゴマ…………… 少々
- 生姜…………… 千切り2つまみ

作り方

- ① 米は研いでだし汁と日本酒につけておく。枝豆はゆでてさやから実を取り出しておく。(グリーンピースやゆで大豆などでもおいしい)
- ② タマネギはみじん切りにしておく。①にタマネギ・シラス・枝豆を入れて炊く。炊きあがったらごはんを茶碗に盛り、好みで白ゴマ・千切り生姜を上のにせる。



みんな集まれ!
子育て支援の催し 1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	作って遊ぼう	1月12日(金)		9:30～11:30
	お米の粘土で遊ぼう 講話(集団生活のヒント)	1月19日(金)		
	1月生まれのお誕生会	1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	お正月の遊びをしよう	1月11日(木)		9:30～11:30
	園長先生の絵本の読み聞かせ &お米の粘土で遊ぼう	1月18日(木)		
	1月生まれのお誕生会	1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」	お正月あそびをしよう!	1月10日(水)		9:30～11:30
	看護師さんの冬の健康講座 &1月生まれのお誕生会	1月17日(水)		
	栄養士さんの手作りおやつ &オニのお面を作ろう!	1月24日(水)		
	豆まきをしよう!	1月31日(水)		

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11月末現在
()内は前月比

人口	19,987人 (-11)
男	9,460人 (7)
女	10,527人 (-18)
世帯数	6,659世帯 (- 5)

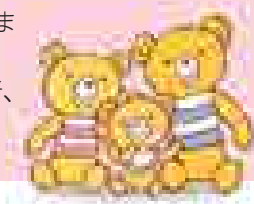
休日救急医療連携事業 (日曜日・祝日および年末年始)

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		

美郷の赤ちゃんを募集します

平成29年12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1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)
12/31(日)	祐生堂医院歯科 (仙北市角館町)	53-2268
1/1(月)	まつだ歯科医院 (仙北市田沢湖)	43-3600
2(火)	米澤歯科医院 (大仙市長野)	56-4460
3(水)	田口歯科クリニック (仙北市角館町)	53-2212
7(日)	高橋歯科医院 (大仙市神宮寺)	72-3211
14(日)	小坂歯科医院 (大仙市刈和野)	75-1015
21(日)	畠山歯科医院 (大仙市南外)	74-3115
28(日)	田口歯科医院 (大仙市大曲田町)	63-7117
2/4(日)	長尾歯科医院 (大仙市長野)	56-4405

1月の健診カレンダー

会場◎美郷町保健センター

内容	日時
4カ月児健診 対象 平成29年9月生まれ	1月30日(火) 受付12:45～13:00
7カ月児健診 対象 平成29年6月生まれ	1月19日(金) 受付12:45～13:00
10カ月児健診 対象 平成29年3月生まれ	1月30日(火) 受付12:45～13:00
2歳6カ月児歯科健診 対象 平成27年5月、6月生まれ	1月25日(木) 受付12:45～13:00
3歳児健診 対象 平成26年6月生まれ	1月12日(金) 受付12:45～13:00

問●美郷町保健センター ☎0187(84)4900

訂正記事

広報美郷平成29年11月号の8、9ページに掲載しました、町職員給与の現状の紹介記事「3. 職員の平均給料月額、平均給与月額および平均年齢の状況(平成29年4月1日現在)」において、「平均給与月額」の欄が欠落しておりましたので、以下のとおり訂正します。

3. 職員の平均給料月額、平均給与月額および平均年齢の状況(平成29年4月1日現在)

一般職			単純労務職		
平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
306,623円	324,111円	42.8歳	292,117円	308,380円	50.5歳

※給与…給料に扶養手当や通勤手当などの諸手当を含んだものになります。