

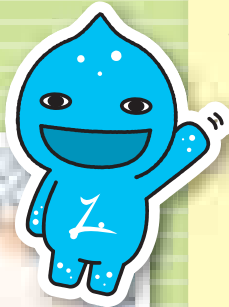
今回のメニュー

「菜の花の天ぷら」

材 料 (約4人分)

菜の花 …………… 1束 冷水 …………… 1/3カップ
 玉ねぎ …………… 1/4個 サラダ油 …………… 適量
 舞茸 …………… 1/4房 粗塩 …………… 小さじ1/2
 干しエビ …………… 10g カレー粉 …………… 少々
 天ぷら粉 …………… 1/3カップ

春の香りがしておいしいね!



菜の花は食べても活かしてもよい食材ですね。ビタミンCやカロテンを多く含む風邪・ガン予防・疲労回復・老化防止に役立つと言われています。カレー塩は鱈(さわら)の天ぷらにもよく合います。

野菜をもう一皿食べよう

食改さんの
試してレシピ



作り方

- 1 菜の花は洗って根元を切り落とし、2cmの長さに切りそろえる。
- 2 玉ねぎは皮をむいて半分に切ってから5mm幅に薄く切る。舞茸は石づきを切り落とし、手で小さくほぐす。
- 3 ボウルに天ぷら粉と冷水を入れて軽く混ぜてから、干しエビ・菜の花・玉ねぎ・舞茸を入れてざっと混ぜ合わせる。
- 4 深型の鍋に油を2cmの高さ程度注ぎ熱して、180度になったら③を木ベラにのせて、滑らせるように入れて揚げる。初めは大きな泡が出るが、だんだんと小さい泡になり、天ぷらの表面がきつね色になったら、キッチンペーパーにのせて油切りをする。
- 5 器に盛り付け、カレー塩(粗塩とカレー粉を混ぜ合わせたもの)を少々つけて温かいうちにいただく。



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・園めぐり	5月 11日(金)		
	親子でふれあって遊ぼう 5月生まれの誕生会	5月 18日(金) 5月 25日(金)		
わくわく園開放	子育て相談・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	親子でふれあって遊ぼう	5月 10日(木)		
	体を動かして楽しもう &主任先生のお楽しみ会	5月 17日(木)		
	看護師さんによる健康講座 5月のお誕生会	5月 24日(木) 5月 31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」	親子でふれあい遊び	5月 2日(水)		
	いつもありがとう!	5月 9日(水)		
	すこやか園で遊ぼう 5月生まれのお誕生会	5月 16日(水) 5月 23日(水)		
	栄養士さんの手作りおやつ &チャレンジデーに参加しよう!	5月 30日(水)		

戸籍の窓

3月届出順

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

美郷の赤ちゃん

HAPPY BIRTHDAY

産まれてきてくれてありがとう! 元気いっぱい遊ぼうね。▶
旭徒さん・咲実さん
(下野荒町)



◀お兄ちゃんたちに負けな
くらい元気で明るい優
しい女の子になってね♡
武蔵さん・弘子さん(山本)

「美郷の赤ちゃん」を募集します

平成30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11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

※広報に掲載してほしくない場合は、届け出の時に戸籍窓口にお申し出ください。

美郷町 人のうごき

平成30年3月末現在 ()内は前月比

人口	19,838人 (-96)
男	9,390人 (-46)
女	10,448人 (-50)
世帯数	6,654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
診療科目	内科・小児科
診療時間	午前9時～午後3時
電話番号	☎0187-63-2111

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)
5/6(日)	金子歯科クリニック(大仙市大曲丸子町)	63-7300
5/13(日)	小坂歯科医院(大仙市刈和野)	75-1015
5/20(日)	高山歯科医院(美郷町土崎)	85-3911
5/27(日)	さいとう歯科クリニック(仙北市角館町)	53-2752

献血のお知らせ

献血にご協力くださった皆さまに、粗品をご用意しています。皆さまのご協力をお願いします。

実施日	時間	実施日
5/14(月)	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

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25日(金) 受付/12:45～13:00	平成30年1月生まれ
7カ月児健診	5月22日(火) 受付/12:45～13:00	平成29年10月生まれ
10カ月児健診	5月22日(火) 受付/12:45～13:00	平成29年7月生まれ
1歳6カ月児健診	5月15日(火) 受付/12:45～13:00	平成28年10月生まれ
2歳6カ月児健診	5月11日(金) 受付/12:45～13:00	平成27年9月生まれ
3歳児健診	5月29日(火) 受付/12:45～13:00	平成26年10月・11月生まれ