

7/31 みんなで楽しくクッキング♪



▲保健センターで「夏休みこども料理教室」を開催しました。こどもたちは、みんなで協力しながら5種類の料理作りに挑戦しました！

8/1 図書館員ってどんなお仕事？



▲図書館で「1日図書館員体験！」を開催。本の貸出や書架の整理などに挑戦しました。参加したこどもたちは「大変だったけど、楽しかった！」と元気に話してくれました。

8/7 学生の元気が福祉の力に！



▲町内の福祉施設で「サマーボランティアスクール」が行われました。参加した学生たちは、福祉活動の体験や高齢者とのふれあいを通して、様々な「気づき」を得ていました！

8/1 猪名高を身近に感じてほしい！



▲猪名川高校で「猪名高サマーセミナー」が開催され、町内の小学生約35人が参加。高校生が企画した催しと一緒に楽しみ、交流を深めました。

8/3 金メダリストと触れ合う貴重な体験



▲イナホールで「オリンピック金メダリストに会いにこうレスリングイベント」が開催され、パリオリンピック金メダリスト櫻井つぐみ選手などが猪名川町に来てくれました！

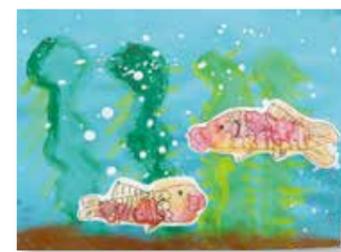
8/8 グローバルな人材育成を推進！



▲町役場で「いなぼう English Salon」を開催！町内小・中学生が英語でALTと会話したり、オーストラリア・バララット市の学生とオンライン交流を楽しみました♪

こども作品

六瀬幼稚園



▲なまえは、「でかきんく」。せびれやおびれをていねいにかいたよ。
加藤 颯希さん(年長)



▲ばけばけばけたくんをかいたよ。おりがみですいかもつくったよ。
三木 月美さん(年中)



▲みんなでおせわをしているさんぎょちゃん。よくみてかいたよ。
井上 令花さん(年長)



▲なかよくならんでいるおばけをかきました。あかいですいかもつくったよ。
松谷 軒海さん(年中)

みんなの手話

からだ

- ①左手の平をお腹の前、右手の平を胸の前に持ってくる。
- ②左手を中心に、右手の平で大きく円を描くように体をなぞる。



町公式 Instagram と福祉課公式 YouTube で動画を配信中！



撮影協力=手話サークルマジック

問 福祉課 (☎ 766 - 8701)

いなごはん

冬瓜の豚キムチ炒め



「冬の瓜」と書く冬瓜ですが、夏が旬の野菜です。丸ごと冷暗所で保存すれば冬までもつ貯蔵性の高さが、名前の由来といわれています。
冬瓜には、ビタミンC、カリウム、食物繊維などが豊富に含まれています。カリウムには、体内の余分なナトリウムを排出する働きがあり、高血圧予防やむくみ解消が期待できます。また、約95%が水分なので、火照った体を冷やす効果も期待され、残暑払いにもおすすめの食材です。

(エネルギー 251kcal、食塩相当量 1.5g)

【材料 (4人分)】 冬瓜 400g、ニラ 1/2束、生姜 1片、豚肉 (バラ) 200g、ごま油大さじ1、酒大さじ2、しょうゆ大さじ1、キムチ 100g、白すりごま小さじ1

- 【作り方】
- ①冬瓜はスプーンなどでわたと種を取り除いて皮をむき、5mmの厚さにスライスする。ニラは根元を切り落とし、4cmの長さに切る。生姜は千切りにする。豚肉は食べやすい大きさに切る。
 - ②フライパンにごま油を入れて中火で熱し、①の生姜、豚肉を加えて肉の色が変わるまで炒める。
 - ③①の冬瓜を加え、冬瓜がしんなりするまで炒め、酒としょうゆを加える。
 - ④キムチを加え、全体が馴染むまで炒める。
 - ⑤①のニラ、白ごまを加えて、さっと炒める。

問 保健センター (☎ 766 - 1000)