

8/31 3Dメガネ越しにみるリアルな宇宙



▲公民館講座「立体的に見る3Dの宇宙のすがた（講師＝青木成一郎さん）」を実施。参加者は3D映像でみる月や土星、天の川の先にある銀河の話に引き込まれていました。

9/9 感謝を胸に挑戦を続ける



▲全国大会に出場した3選手が町長を訪問。ボクシング（左）や水泳（中央）、陸上（右）と種目は違うが、これからも目標を持ち頑張ることを色紙に書きました。

8/21 弓道で鍛えられた心身



▲8月3日の「全国高等学校総合体育大会弓道競技大会」で、女子個人準優勝の成績を収めた萩原 亜紀さんが町長を訪問。今後の抱負などを語ってくれました。

9/10 いきいき教室で自分の時間を



▲季節の題材を、デッサンから描き始めます。色を混ぜたり薄めたりして、白い画用紙に少しずつ色を載せていき、参加者は黙々と自分の絵と向き合いました。

9/8 英語で想いを伝える



▲第33回町英語スピーチコンテストを開催しました。参加者は、学年に応じたそれぞれの課題について、英語とジェスチャーで堂々と表現していました。

9/13 今後も練習に励み入賞を目指す！



▲全国大会での好成績を取めた猪名川レスリングクラブの3選手と、猪名川高校レスリング部の2選手が町長を訪問。これからの目標を自分の言葉で、それぞれ語ってくれました。

こども作品

大島小学校



◀ぶどうが1粒1粒が、かがやいて見えるようにがんばりました。
平尾透羽さん（6年生）



◀本当の竹のこい所とうすい所に気をつけて書きました。
堂本蓮さん（6年生）



◀おりまげる強弱をちようせいたとところを、工夫しました。
峠蒼空さん（4年生）

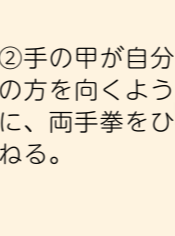


◀雪の結晶をつけたり組み合わせたり、工夫して作りました。
田中華恋さん（4年生）

みんなの手話劇



①相手側に手の甲が見えるように、両手拳を向ける。



②手の甲が自分の方を向くように、両手拳をひねる。

町公式 Instagram と 福祉課公式 YouTube で動画を配信中！



※10/1～

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

おからの スコップコロッケ



(エネルギー 189kcal、食塩相当量 0.8g)

まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物を「食品ロス」と言います。おからは豆腐をつくる過程でできる副産物で「おから＝しぼりかす＝廃棄物」と思われがちですが、栄養価の高い食材です。大豆たんぱく質、食物繊維が豊富で、低カロリーながら満腹感を得られ、コレステロールの低下や腸内環境の改善に役立ちます。今回は、和食離れしている人やお子さまにも食べやすい、おからの揚げないコロッケ♪

【材料（4人分）】
生おから 150g、ベーコン 2枚、玉ねぎ 1/4個、しめじ 1/2袋、牛乳 300cc、塩 小さじ 1/3、こしょう 少々、パン粉 大さじ 6、オリーブ油 大さじ 2

【作り方】
①ベーコン、玉ねぎ、しめじは粗みじん切りにする。
②フライパンにオリーブ油とパン粉を入れて弱火で炒め、パン粉の色が変わったら取り出す。
③同じフライパンに①の材料を入れ、玉ねぎがしんなりするまで炒める。
④おからを加えて炒め合わせ、牛乳、塩、こしょうを加えて、水分がなくなるまで混ぜながら煮る。
⑤器に④を入れ、②をかける。

問 保健センター (☎ 766 - 1000)