



広報
こなん

Kenan

平成30年12月1日
No.171

編集・発行 湖南省 秘書広報課
市役所 開庁日時：平日 午前8時30分～午後5時15分

東庁舎 〒520-3288 滋賀県湖南市中央一丁目1番地
西庁舎 〒520-3195 滋賀県湖南市石部中央一丁目1番1号
☎0748●72●1290(代) ☎0748●72●3390

えんじのつぶやき

保育園や幼稚園での子どもたちのとっておきの会話を紹介するコーナー。

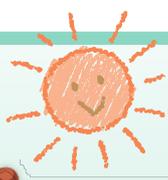
今月は
菩提寺こども園
です。



散歩から帰ってきた子ども達が、拾ってきた木の実や落ち葉を見せてくれました。
Aちゃんが片手に石をぎゅっと握りしめていたので先生が「きれいな石みつけたね」と言うと…。
Aちゃん「ちがうで、恐竜の化石!」と嬉しそう。
宝物を見つけ、夢いっぱいのお散歩になりました。



わが家の
愛ドル



廣本 ^{えいじ} 瑛司 ちゃん 1歳 (下田西)

1歳のお誕生日おめでとう!
元気に育ってくれて、ありがとう☺
笑った顔も泣いてる顔も大好きだよ!

愛ドル 大募集中! どしどしご応募ください。
秘書広報課(東庁舎) ☎71●2300 ☎72●1467

健康レシピ

No.126



野菜を食べよう!

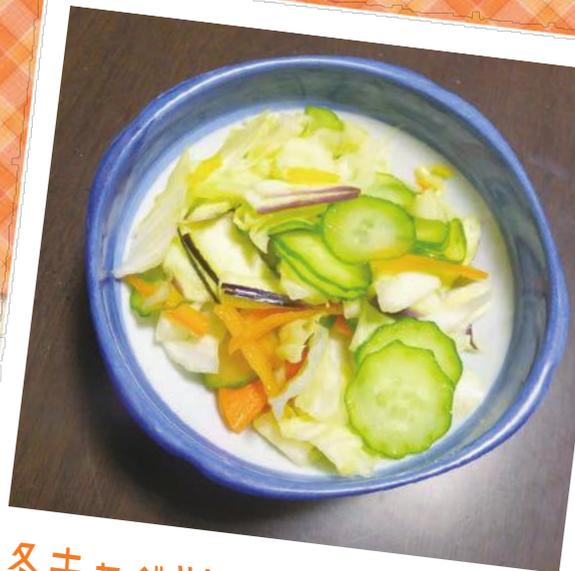
旬の柚子を使った野菜の浅漬けを紹介します。いろいろな野菜を使った彩りがよく、簡単ですぐに食べられるお漬物です。サラダ感覚で美味しく食べられるので、是非作ってみてください。

材料(4人分)

- キャベツ 300g
- きゅうり 1本
- パプリカ(黄またはオレンジ) 1/2個
- にんじん 1/4本
- なす 1/2個
- 柚子(大) 1/2個
- 昆布茶 大さじ1/2
- 塩 小さじ1/3

作り方

- キャベツは一口大に切り、芯はそぎ取る。きゅうりは小口切り、パプリカは千切り、にんじんは半月の薄切り、なすは縦半分の薄切りにする。
- 柚子は絞り、皮は薄くそぎ、2~3枚を細切りにする。
- ポリ袋に①②と昆布茶、塩を入れてよく混ぜ、15~30分おく。食べるときに軽く水気を絞る。



冬キャベツのカラフル浅漬け

栄養価 (1食あたり)	エネルギー	31kcal	カルシウム	46mg
	たんぱく質	1.6g	カリウム	280mg
	脂質	0.2g	食塩相当量	0.9g

湖南省公式 Facebook



湖南省役所 Facebook 検索

広報こなん
アンケート受付中
市ホームページから回答をお願いします。

総人口●55,031(+63) 男●28,495(+26)
世帯数●23,556(+78) 女●26,536(+37)
2018年11月1日現在 ※()は前月比