



広報
こなん

Konan

平成31年4月1日
No.175

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
阿星保育園
です。



さんぽの途中に「おにぎりがある!」と大きな声が。「ほんまやおにぎりや〜!!」と大興奮の子どもたち。目線の先には海苔を巻いたおにぎりのように見える石碑が。

後日、わくわくして石碑のある広場に行くと「わー! おにぎり固いやん!」「なんも匂いせ〜へん!」とびっくりなこどもたち。大好きな散歩コースができました。



わが家の
愛ドル



岡村 ^{かな} 奏 ちゃん 0歳 (大谷)

去年までは、お腹の中でずっと一緒に居たけれど、今は抱っこで、どこに居てもずっと一緒だね! 奏ちゃんと過ごす毎日が幸せでとても楽しいよ! これからもよろしくね。

生まれて来てくれて本当にありがとう!!

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.130



旬の野菜レシピ

食物繊維が豊富なたけのこの味を、存分に味わえるレシピです。旬の食材を食べて元気に過ごしましょう。

- 材料(4人分)
- たけのこ(水煮) …… 1本(300g) しょうゆ …… 大さじ2
 - 片栗粉 …… 大さじ6 だし汁 …… 150cc
 - 油 …… 適量 大根 …… 1/8本
 - みりん …… 大さじ2 ネギ …… 1本

- 作り方
- ① たけのこを食べやすい大きさに切り、さっとゆでる。
 - ② ①の水気をとって片栗粉を薄くまぶし、180℃に熱した油で揚げろ。
 - ③ 鍋にみりんを入れて煮切り、しょうゆとだし汁を加えてひと煮立ちさせる。
 - ④ 大根をおろし、ネギを小口切りにする。
 - ⑤ ②を器に盛り、③をかけ、④を飾り付ける。



たけのこの揚げだし

栄養価 (1食あたり)	エネルギー	111kcal	食物繊維	2.7g
	たんぱく質	3.2g	カリウム	426mg
	脂質	3.9g	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 ● 54,991 (-90) 男 ● 28,469 (-40)
世帯数 ● 23,583 (-45) 女 ● 26,522 (-50)
2019年3月1日現在 ※ () は前月比