



広報
こなん

Kenan

平成30年6月1日
No.165

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。

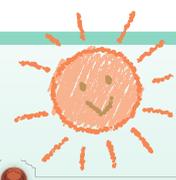
今月は
三雲保育園です。



『ちいさいねこ』という絵本を読んでもらっていた時のことです。
子ねこが大ピンチの時に親ねこが登場し、そっと優しくねこをくわえて帰っていく様子を見て…

Aちゃん「Aも子ねこになりたいな…」
保育士「どうして？」
Aちゃん「Aもあーやって(くわえられて?)お母さんと帰りたいもん…」
保育士「そおか〜…!!今日、抱っこしてもらおう？」

Aちゃん「うん!」
迎えに来てくれたおうちのの人に、ぎゅっと抱きしめてもらって帰る、幸せそうなAちゃんの姿が目につきました。



わが家の
愛ドル



森田 ^{いたる}至 ちゃん 3歳
^{わたる}巨 ちゃん 1歳 (中央)

生まれてきてくれてありがとう。
心も体も元気に大きくなってね!

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.120



朝ごはんを食べよう! 第2弾

朝から野菜がとれる簡単な朝ごはんレシピを紹介します。

材料(1人分)

- | | | | |
|--------|-----|-------------|--------|
| バターロール | 2個 | 水 | 小さじ1 |
| 卵 | 1個 | ベーコン | 1枚(薄切) |
| 塩・こしょう | 少々 | ドレッシング(好みで) | 小さじ1 |
| にんじん | 30g | レタス | 1枚 |
| ピーマン | 10g | | |

作り方

- 1 バターロールは切込みを入れる。
- 2 耐熱容器に卵を溶きほぐし、塩・こしょうを加えてよく混ぜる。
- 3 にんじん、ピーマンはせん切にして、別の耐熱容器に入れ、水小さじ1を加える。
- 4 電子レンジに②③とベーコン(それぞれラップで包む)を一緒に並び、600Wで1分20秒~2分くらい加熱する。
- 5 にんじん、ピーマンは熱が通ったらドレッシングを加えて混ぜる。
- 6 バターロール1個にレタス、④⑤をはさむ。



具だくさんのサンドイッチ

栄養価 (1食あたり)	エネルギー	: 201kcal	カルシウム	: 39mg
	たんぱく質	: 9.1g	カリウム	: 171mg
	脂質	: 8.5g	食塩相当量	: 1.2g

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 ● 54,852(+74) 男 ● 28,397(+47)
世帯数 ● 23,307(+109) 女 ● 26,455(+27)
平成30年5月1日現在 ※ ()は前月比