



広報
こなん

Kenan

令和元年10月1日
No.181

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
光星学園 認定こども園
水戸幼稚園 です。

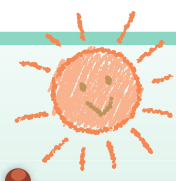
3歳児



みんなで夏のカレンダーを見ていた時の一言。
Aちゃん「海の水がしょっぱかったよ!」
Bちゃん「なんでやろう?」
Cちゃん「塩入れはったんちゃう!?」
「そっかー!」と納得のみんなでした。



わが家の
愛ドル



松長 ^{しょうま} 正真 ちゃん 0歳 (石部中央)

正真くん、生まれてきてくれてありがとう。
元気いっぱい 笑顔いっぱい
たくさん食べて大きくなあれ!



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.136



食育推進キャラクター
湖なすちゃん

旬の食材を食べよう

食欲の秋に食べたい、旬の食材を使ったレシピを紹介しま
す。素材の甘みを存分に味わえるサラダです。甘くておいし
いので、お子さんのおやつにもどうぞ。

材料(4人分)

ヨーグルト 200g 塩..... 少々
さつまいも 1/2本 こしょう 少々
かぼちゃ 1/8個 プチトマト..... 4個
レーズン お好みで

作り方

- ① ヨーグルトは水切りする。
- ② さつまいもと種を取ったかぼちゃは2cmの角切りにする。
- ③ ②を電子レンジで柔らかくなるまで加熱する。
- ④ ③の粗熱がとれたら、ヨーグルト、レーズン、塩、こしょうを加えて
混ぜ、器に盛る。
- ⑤ プチトマトを半分に切り、トッピングする。



かぼちゃとさつまいものサラダ

栄養価 (1食あたり)	エネルギー	101kcal	食物繊維	2.3g
	たんぱく質	2.8g	カルシウム	50mg
	脂質	1.7g	食塩相当量	0.2g

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 ● 55,226(+20) 男 ● 28,695(+30)
世帯数 ● 23,967(+39) 女 ● 26,531(-10)
2019年9月1日現在 ※ () は前月比