

子どもの食育や生活習慣病の予防食を勉強している美郷町食生活改善推進協議会(食改=しょっかい)会員の皆さんが、野菜を使った体に優しいヘルシーレシピを紹介するよ!



美郷町産
野菜を食べて
地産地消!

長ねぎの白い部分には硫化アリルが含まれていて、体温を高めて血流を促進させる作用があるといわれています。冷え性の方にはおすすめの食材です。

野菜をもう一皿食べよう

食改さんの 試してレシピ



今回のメニュー

長ねぎのスープ

材 料 (8人分)

長ねぎ	3本	牛乳	1リットル
ジャガイモ	2個(180g)	塩	小さじ1
バター	40g	コショウ	少々
固形スープの素	1個		

作 り 方

- ①ネギは緑色の部分もよく洗い、斜め薄切りにする。ジャガイモは皮をむいて半分に切り、さらに薄切りにする。
- ②鍋にバターと①を入れてよく炒める。水500ml(分量外)と固形スープの素を加え、ジャガイモがやわらかくなるまで煮る。
- ③②をミキサーにかけて鍋に戻す。牛乳も入れて火にかけ、塩とコショウで味をととのえる。

子育て支援の催し &おやこふらっと広場 2月

問い合わせ

千畑なかよし園 ☎0187(85)3115
六郷わくわく園 ☎0187(84)0023
仙南すこやか園 ☎0187(83)2100
町福祉保健課 ☎0187(84)4907

事業名	対象・内容	期日	場所	時間
なかよし園開放	子育て支援・自由遊び	毎週月～金曜日(平日のみ)		9:30～16:30
ひまわり広場	豆まきごっこ	2月 2日(金)	千畑なかよし園	9:30～11:30
	園のお友達と一緒に遊ぼう	2月 9日(金)		
	2月生まれのお誕生会 看護師さんのお話②	2月 16日(金)		
わくわく園開放	子育て支援・自由遊び	毎週月～金曜日(平日のみ)		9:30～16:30
あそびにおいて	鬼のお面を作って豆まきをしよう	2月 1日(木)	六郷わくわく園	9:30～11:30
	園のお友達と一緒に遊ぼう	2月 8日(木)		
	体を動かして遊ぼう	2月 15日(木)		
	2月生まれのお誕生会 主任先生のお楽しみ会②	2月 22日(木)		
	おひなさまを作ろう	2月 29日(木)		
すこやか園開放	子育て支援・自由遊び	毎週月～金曜日(平日のみ)		9:30～16:30
子育て広場 「ひだまり」	園のお友達と一緒に遊ぼう	2月 17日(水)	仙南すこやか園	9:30～11:30
	栄養士によるおやつ講座 「ハッピーバレンタイン!」	2月 14日(水)		
	2月生まれのお誕生会	2月 21日(水)		
	おひなさまを作ろう	2月 28日(水)		
おやこ ふらっと広場	子育て支援・自由遊び 夏まつりにおいて	2月 3日(土)	仙南すこやか園	9:30～11:30
		2月 10日(土)	六郷わくわく園	
	2月 17日(土)	千畑なかよし園		
	つるし飾りをつくろう(※)	2月 24日(土)	美郷町住民活動センター	

(※)参加を希望する場合は、2月17日出までにNPO法人みさぽーと(☎0187(84)4922 受付時間9:00～17:00)へお申し込みください。



美郷の赤ちゃん

HAPPY BIRTHDAY!!

武田 錬ちゃん
ねえね達と仲良く、
元気にすくすく
すこやかに育ってね!
光央さん・由香さん
(塚)

「美郷の赤ちゃん」 写真を募集します

令和6年1月に届け出をした赤ちゃんの写真(1人1枚
まで)の裏面に赤ちゃんのお名前と生年月日、ご両親の
お名前、住所、電話番号を記入し、メッ
セージ(30字程度)を添えて2月9日(金)
までご応募ください。

応募先 町総務課、六郷出張所、仙南出張所

※広報に掲載してほしくない場合は、届け出の
時に戸籍窓口にお申し出ください。

美郷町
人のうごき
令和5年12月末現在
()内は前月比

人口	男	8,455人(-14)
17,831人	女	9,376人(-14)
(-28)	世帯数	6,612世帯(-1)

歯科休日当番医 診察時間◆午前9時～正午

診察日	医療機関名	電話番号 (0187)
2/ 4(日)	たかはし歯科クリニック(大仙市高梨)	62-6800
2/11(日・祝)	角間川歯科医院(大仙市角間川町)	65-3536
2/18(日)	大曲歯科クリニック(大仙市和合)	88-8119
2/25(日)	祐生堂医院歯科(仙北市角館町)	53-2268

2月の健診 カレンダー

会場◆美郷町保健センター

問 町福祉保健課 健康対策班
☎0187(84)4900

内容	日時	対象
4カ月児健診	2月27日(火) 受付/12:45~13:15	令和5年10月生まれ
7カ月児健診	2月27日(火) 受付/12:45~13:15	令和5年7月生まれ
10カ月児健診	2月20日(火) 受付/12:45~13:15	令和5年4月生まれ
1歳6カ月児健診	2月 6日(火) 受付/12:45~13:15	令和4年7月生まれ
2歳6カ月児歯科健診	2月16日(金) 受付/12:45~13:15	令和3年7月・8月生まれ
3歳児健診	2月 6日(火) 受付/12:45~13:15	令和2年7月生まれ

美郷町ホームページをご利用ください!

行政サイト 最初にこのページが表示されます 美郷町観光情報公式サイト

たくさんアクセスしてね!

<https://www.town.misato.akita.jp>

秋田県美郷町 検索