

はいポーズ!

広報 2015 July
平成27年7月1日発行

広報なごみ / 発行：和水町 編集：まちづくり推進課
☎0968・86・5721 FAX0968・86・4215
〒865-0192 熊本県玉名郡和水町江田3886番地

URL <http://www.town.nagomi.lg.jp/>
E-mail msui@town.nagomi.lg.jp

森林資源を大切に
この広報紙はEコマース認定の
再生紙を使用しています。



あらた 本田 嵐大くん

H21年生まれ(白石)

パパ 友樹さん
ママ 香菜さん

すごく活発なあらたくん。家のお手伝いもしっかり頑張ってくれてありがとう!!これからもお姉ちゃん、妹と仲良くね♪



りおん 石原 里苑ちゃん

H21年生まれ(浦谷)

パパ 真一さん
ママ 安里さん

ひよこ組さんから通ってきた保育園も、残りあと少しだね。これからもいっぱい思い出作って、毎日笑顔でお話させてね!

はいポーズ! 写真大募集~

和水町在住のかわいい子どもさん(小学校入学前)の写真を募集します。

- ①子どもの氏名・ふりがな
- ②行政区
- ③保護者の氏名
- ④コメント(60字以内)

を添えて本庁まちづくり推進課または総合支所住民課までお持ちください。

※応募多数の場合は順番に掲載になります。ご了承ください。

問い合わせ先 本庁 まちづくり推進課 企画調整係 ☎0968・86・5721



梅雨も終われば夏本番。夏といえば、海水浴に行ったり、フェスに行ったり何でもできますね。スリープはまだ何の予定もないですが、まあ皆さん夏を楽しみましょう!

スリープ

簡単アレンジ



和風大豆ハンバーグ

材料(4人分量)

牛ひき肉	160g	玉ねぎ(すりおろし)	100g
豚ひき肉	160g	油	小さじ1
茹で大豆	40g	濃口しょうゆ	大さじ1
白ネギ(みじん切り)	12g	みりん	小さじ4
絞豆腐	40g	青しそ(角切り)	1枚
玉ねぎ(みじん切り)	80g	青しそ(せん切り)	1枚
油	適宜	油	小さじ2
パン粉	40g	サラダ菜	8枚
牛乳	40g	ミニトマト	8個
塩	少々	キャベツ	80g
こしょう	少々		

(作り方)

- ①茹で大豆は軽くつぶしておく。青しそは角切りとせん切りに分ける。パン粉は牛乳に浸しておく。
- ②Aの玉ねぎはみじん切りにしてキツネ色になるまで炒めておく。
- ③ボウルにA、青しそ(角切り)を入れて混ぜ合わせ小判型に成型する。
- ④Bの玉ねぎはすりおろしてさっと炒め、調味料は混ぜ合わせ一煮立ちさせる。
- ⑤ハンバーグは油をしいたフライパンで両面を焼く。
- ⑥出来上がったら皿にサラダ菜、キャベツのせん切り、ミニトマトを添えて盛り付ける。ハンバーグの上にソースをかけ、青しそ(せん切り)を盛る。

ひとくちメモ&栄養コメント

大豆には、必須アミノ酸がバランスよく含まれています。健康な人の、豆・大豆製品の1日の目安量は豆腐で110gです。

人の動き

平成27年5月末日現在(先月比)

人口	10,777人	-14	出生	5人
男	5,062人	-12	死亡	12人
女	5,715人	-2	転入	15人
世帯数	3,875世帯	-4	転出	22人

編集後記

ご無沙汰しております、スリープです。最近まで、雨の日が続いていましたね。自分の心ほとても憂鬱でした。

「スリープさんですか。」先日、県の広報の研修会に参加した時に言われた言葉です。広報紙は町民だけでなく他の自治体の人も読んでいるんだなと改めて思いました。研修会では、他の市町村の広報担当者の話が聞けて、とても刺激を受けました。スリープも他の広報紙の技術を吸収して、よりよい広報紙を作っていきたいと思っています。

国勢調査 2015

平成27年10月1日

9月上旬から調査員が皆さんの家に伺います

総務省統計局

