

はいポーズ!

広報 2012 NOVEMBER
なごみ 平成24年11月1日発行

広報なごみ/発行: 和水町 編集: 企画課
☎0968・86・5721 FAX: 0968・86・4215
〒865-0192 熊本県玉名郡和水町江田3886

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

森林資源を大切に
この広報紙はエコマーク認定の
再生紙を使用しています。



豆塚 凛ちゃん

平成21年生まれ(皆行原)
パパ 宣 男さん
ママ 江利子さん

歌とダンスが大好きでAKBに憧れる元気いっぱいな女の子です。パパっ子でいつもパパの帰りを楽しみに待っています。これからも家族みんなで仲良く過ごそうね。



平野 太陽くん

平成18年生まれ(江光寺)
パパ 純 也さん
ママ 陽 子さん

せっかちであわてんぼうの太陽だけど、目をキラキラさせて好きなことを楽しんでいる姿が嬉しいです!



塩山 優月ちゃん

平成18年生まれ(中央団地)
パパ 純 一さん
ママ 寿 美さん

おしゃべりが大好きでいつも楽しい話を聞かせてくれる元気いっぱいの優ちゃん♡これからも色々なお話をたくさん聞かせてね♡楽しみにしてるよ(^_^)

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)を添えて本庁企画課または総合支所住民課までご持参ください。※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 企画課 企画係 ☎0968・86・5721

バットはどの種目にも参加できずに写真撮影に専念していました。来年は選手として参加できるように体力づくりをやっていきます。

バット

物の簡単アレンジ



鮭のチーズ焼き

材料(4人分量)

鮭(50g)	4切	ピザ用チーズ	80g
人参	40g	粒マスタード	小さじ4
玉ねぎ	200g	塩	少々
ピーマン	80g	こしょう	少々
もやし	200g	水	大さじ2

(作り方)

- ①鮭は軽く塩、こしょうをふる。人参は輪切り、玉ねぎは薄切り、ピーマンは1cm幅に切る。
- ②チーズと粒マスタードは混ぜておく。
- ③フライパンに①の野菜ともやしを敷き、上に鮭を並べ水を加え蓋をし、中火で6分程度蒸し焼きにする。
- ④火が通り始めたら、②のチーズを鮭の上のせ蓋をし、チーズを溶かす。
- ⑤器に盛り付ける。

ひとくちメモ

野菜の甘味と鮭の旨味を味わえます!

栄養コメント

1日に必要な野菜の量は350g以上とされています。この1品で130gの野菜を摂取することができます。

人の動き

平成24年9月末日現在(先月比)

人口	11,289人	-24	出生	3人
男	5,306人	-13	死亡	16人
女	5,983人	-11	転入	14人
世帯数	3,901世帯	-3	転出	25人

編集後記

朝夕の気温が下がり、昼間との気温差が大きい毎日が続き、なんとなく本調子でない感じがするバットです。皆さんは元気に過ごしていますか? 先日、町民運動会が開催されました。合併後初めて、各校区対抗での運動会でした。どの校区も、一致団結し、楽しみながらも勝負にこだわった競技ができていたように思います。

今月の納期

国民健康保険税 4期
後期高齢者
医療保険料 5期
11月30日(金)まで
※納期限内には必ず納めましょう!