



かすみ
本 山 花 澄 ちゃん

H22年生まれ(日平)
パパ 美 信 さん
ママ 香代子 さん
いつも元気な花澄ちゃん。
笑顔とおしゃべりが上手
でいつもみんなを笑顔に
してくれます。これから
もかわいい笑顔を見せて
ね♪



まさと
越 地 雅 人 くん

H23年生まれ(白石)
パパ 円 さん
ママ 智 子 さん
いつもママにギューって
してくれるまあくん♥今
年は、年長さんだね。こ
れからも、お姉ちゃんた
ちと元気で遊んでね。



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



くまもとグリーン農業
応援宣言

スリープ
2016年は、皆さんはど
んな目標をたてましたか？
ひとまず、スリープはお餅
を食べすぎて太りすぎない
ように頑張ります。



きらずあえ

材料(4人分量)

鶏肉	100 g	油	大さじ 1
玉ねぎ	100 g	だし汁	½カップ
人参	50 g	砂糖	大さじ 1 と ½
ちくわ	50 g	薄口しょうゆ	大さじ 1
にら	30 g	しょうゆ	大さじ 1
きらず (おから)	200 g		

(作り方)

- ①鶏肉とちくわは小さくきざむ。玉ねぎと人参はせん切り、にらは5ミリ位の長さに切る。
- ②鍋に油を入れて熱し、鶏肉、玉ねぎ、人参、ちくわを入れて炒め、きらず(おから)を加えてさらに炒め、だし汁、砂糖、薄口しょうゆ、しょうゆで調味して混ぜ合わせ、最後ににらを混ぜ込む。



きらず(おからや卵の花とも呼ばれて
います)には食物繊維が豊富に含まれて
います。食事をする時に食物繊維を先に
摂取することで、糖やコレステロールの
吸収を抑制する働きがあります。

人の動き

平成27年11月末日現在(先月比)

人 口	10,741人	−13	出 生	5人
男	5,050人	−1	死 亡	12人
女	5,691人	−12	転 入	16人
世帯数	3,891世帯	3	転 出	22人

編集後記

年末年始になると、バラエ
ティの特番と箱根駅伝が毎
年楽しみです。テレビの子
のグループは、この時期のテ
レ番組が好きでこたつに入
りながら、毎年見えています。
また今年は、スリープの
大好きな某アイドルグルー
プが、紅白歌合戦に出場し
ます。年末年始の楽しみが
また一つ増えて、とてもわ
くわくしています。

お詫びと訂正

広報なごみ11月号の8ペー
ジの「消防団装備品と神楽
備品を整備」の記事で助成
決定を行うところの名称
を「財団法人自治総合セン
ター」としておりましたが、
正しくは、「一般財団法人自
治総合センター」でした。
お詫びして訂正いたします。

今月の納期
町県民税 4期
国民健康保険税 5期
後期高齢者 医療保険料 7期
2月1日(月)まで
※納期限内には必ず納めましょう!