広報なごみ
平成28年6月1日発行
Public Relations Nagomi June 2016

はいポーズ！

田川　凛（りん）ちゃん

H22年生まれ（立石）

パパ　将之さん
ママ　由香里さん

妹とケンカしながらも、よく面倒を見てくれる頼もしいお姉ちゃん。年長さんになり、これから色んな事にチャレンジして、たくさん自信をつけてくださいね！

中山維咲（い さき）ちゃん

H25年生まれ（下大田黒）

パパ　孝志さん
ママ　知恵さん

ばあちゃん前髪切りすぎ！！でもいつもおんぶしてくれてありがとう♡

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での掲載となります。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

旬の物を簡単アレンジ

切干し大根のナムル

材料（4人分量）

切干し大根……28ｇ
きゅうり……60ｇ
人参……20ｇ
プロセスチーズ……20ｇ
白ごま……4ｇ

A
酢……小さじ5弱
うすくちしょうゆ…小さじ2
砂糖……小さじ4
こしょう……少々
ごま油……2ｇ

作り方

❶切干し大根はさっと洗って水でもどす。もどしたらさっとゆで、水気を絞り、5～6㎝長さに切る。

❷きゅうり、人参、プロセスチーズはせん切りにする。分量の白ごまを半分使い、残りの半分は盛り付け用にとっておく。

❸❶、❷を合わせて調味料Aを入れ和える。

❹器に盛り、上から白ごまを散らす。

ひとくちメモ＆栄養コメント

切干し大根は、生の大根に比べて食物繊維や鉄分、カルシウムが多く含まれています。

人の動き

平成28年4月末日現在（先月比）

人　口	10,630人	－17	出　生	4人
男	4,990人	－9	死　亡	14人
女	5,640人	－8	転　入	22人
世帯数	3,890世帯	－2	転　出	29人

編集後記

4月下旬、南阿蘇村へ災害派遣に行ってきました。現地に向かう途中、家が倒壊していたり、道路がさけていたりという光景を目の当たりにして愕然としました。地震の恐ろしさを改めて感じた瞬間でした。

今年のゴールデンウィークは、あまり外出しませんでしたが、本紙に掲載している「DAILY LIFE」というイベントに取材がてら行ってきました。こじんまりとしたイベントでしたが、とても心落ち着く時間を過ごすことができました。息抜きができたので、とてもよかったです。

スリープ

目の神様「アイラちゃん」

今月の納期

町県民税　1期

6月30日（木）まで

※納期限内に必ず納めましょう！

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―
この広報紙はエコマーク認定の再生紙を使用しています。