

毎月3歳のお誕生を迎えるおこちゃまを大募集!! 住所、氏名、電話番号とコメントを書いて、自慢の写真を送ってね。

わたしは3歳

10月号受付締切 / 9月9日(金)必着
右の封筒をご利用ください。写真返却の場合は企画課窓口まで



大島 瑞葵ちゃん (西水沼) 金魚を飼い始め一生懸命世話してます。優しく秀樹さん★真希絵さん 元気な子に育ってね。



増淵 琴音ちゃん (下高根沢) 歌と水遊びが大好きな琴ちゃん。素直で優しく則明さん★真理さん 元気な子に育ってね。

衆議院小選挙区選出議員選挙 衆議院比例代表選出議員選挙 最高裁判所裁判官国民審査

投票日 **9月11日(日)**
午前7時から
午後8時まで

みんなで投票
大切な一票



◆期日前等投票◆

投票日の当日、仕事などのため投票できない方は、期日前投票等を行うことができます。

時間: 午前8時30分～午後8時

8月31日(水)から9月10日(土)まで

- 衆議院小選挙区選出議員選挙
- 衆議院比例代表選出議員選挙

9月4日(日)から9月10日(土)まで

- 最高裁判所裁判官国民審査

場所: 芳賀町役場 1階ロビー

最高裁判所裁判官国民審査については8/31～9/3までは期日前投票等ではできませんので、ご注意願います。

選挙管理委員会(総務課内) ☎028(677)1111

かんたんヘルシーメニュー...

サツマイモと豆のサラダ

町調理員と学校栄養士で学校給食研究会を開催しました。そこで、調理講習されたお薦めメニューです。



<材料(5人分)>

- ササミ 1本 ○サツマイモ 1/3本
- タマネギ 1/4個 ○サヤインゲン 50g
- 豆水煮(お好み) 60g
- ごまドレッシング(市販品) 40g

<作り方>

- ①ササミは筋をとり、塩と酒(分量外)少々を加えた熱湯でゆで、冷めたら手でさいておく。
- ②さつまいもは一口大、玉ねぎは薄切り、さやいんげんは3cmの長さに切り、それぞれゆでて冷ましておく。
- ③豆と①、②を合わせ、ドレッシングで和える。

<1人分の栄養価> エネルギー 106kcal
たんぱく質4.3g 脂質4.8g 塩分0.2g

3213392

芳賀町祖母井1020

芳賀町企画課情報広報係 行き

料金受取人私
芳賀郵便局
6
差出有効期限
平成19年8月
31日まで

(山折り)

きりとり

(山折り)

※町への要望などで回答を求める場合は、住所・氏名などの連絡先をご記入ください。広報紙面への氏名掲載を望まない場合は、ペンネーム欄にご記入ください。

氏名		年齢	
住所			
電話番号			
ペンネーム	※こちらにご記入の場合、掲載はペンネームを使用させていただきます		