

わたしは 3歳

3歳のおこちゃまを大募集!!
自慢の写真を送ってね。右の封筒で
郵送いただくか、企画課まで持参して
ください。
メールでの応募もお待ちしております
(携帯電話不可)。9月号は8/11締切
✉kouhou@town.haga.tochigi.jp



こまつ れお
小松怜央ちゃん(下高根沢)
仁さん☆美穂さん
カーズが大好き!活発な男の子。
元気にのびのび、大きくなあれ。



ふくだ
福田ゆらちゃん(祖母井)
忠良さん☆由佳さん
毎日、保育園でお友達や先生
と楽しく遊んでいます。いつでもニ
コニコ笑顔のかわいい女の子でい
てね♡

Let's cooking! Enjoy cooking!

Vol.12

食改さんの自慢レシピ



ナスとトマトをカレーに加えました。ナスを
あらかじめ油で炒めてコクをプラスします。
ナスとトマトのカレー

- ◆材料(4人分)
- ナス…2本
 - 油…大さじ1
 - バター…10g
 - トマト(完熟)…2個
 - たまねぎ…1個
 - にんにく…少量
 - 豚ひき肉…150g
 - 油…小さじ2
 - 水…300cc
 - 市販のカレールー…80g
 - はちみつ…適宜
 - ごはん…1人分200g

- ◆作り方
- ①ナスはへたを取り、縦4等分に切ってから長さを3等分
に切り、塩水に5分ほどつける。
 - ②トマトは熱湯にさっとくぐらせて冷水にとり、皮をむく。横
半分に切って種を取り、ざく切りにする。
 - ③たまねぎは粗みじん切り、にんにくはみじん切りにする。
 - ④鍋に油を熱し、にんにく、たまねぎを炒める。たまねぎがし
んなりしたら肉を加えて炒め、水とトマトを加えて煮込む。
 - ⑤フライパンに油とバターを熱し、水気をふいたナスを炒
める。
 - ⑥④にルーと⑤のナスを加えて煮込む(トマトの酸味が気
になる時は、はちみつで味を調整します)。
 - ⑦皿にごはんを盛り、カレーをかける。

- ◆1人分の栄養価
- ◎エネルギー 634kcal
 - ◎たんぱく質 15.0g
 - ◎脂質 20.3g
 - ◎塩分 2.3g

芳賀町総合情報館 知恵の環館だより

児童書

- ◎きみたちにおくるうた
バラク・オバマ
 - ◎ひとりぼっちのガフ
きむら ゆういち
 - ◎つぎのかたどうぞ
飯野 和好
 - ◎シンデレラ
安野 光雅
 - ◎わたしのいわ
ケビン・ヘンクス
- その他多数入荷していますので、ぜ
ひご利用ください。

一般書

- ◎化合
今野 敏
- ◎はぐれ猿は熱帯雨林の夢を見るか
篠田 節子
- ◎レイジ
誉田 哲也
- ◎ゴランノスポン
町田 康
- ◎ジュージュ
よしもと ばなな

新着資料

今月の1冊



遠く不思議な夏
斉藤洋(偕成社)



我が家の問題
奥田英朗(集英社)

母の郷里ですごした、少年時代の
夏休み。その何でもない田舎暮らしの
中で、ほくほく、幻とも現実ともつかない
不思議な出来事に出会う。昭和30年
代を舞台にする12の奇譚を収録。

完璧すぎる妻のせいで帰宅拒否症に
なった夫。里帰りのしきたりに戸惑う新
婚夫婦…。誰の家にもある、ささやか
だけれど悩ましい6つのドラマ。

スタッフから

今年初開催となりまし
た「読書まつり」ではた
くさんの人にお越しいた
だきありがとうございました。
また、夏休みの読書感想
文課題・推薦図書や自由
研究・工作用の参考図書
も展示していますので、
ぜひご覧ください。

◎8月の休館日 1・8・15・22・29日です。
◎総合情報館(知恵の環館)【☎028(677)2525】

001
903
313
321
3

芳賀町祖母井1020

芳賀町企画課広報広聴係
行先



(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