

外国人から見た菟田フォトコンテスト & 第4回日本語発表会のご案内

日時 3月23日(日)13:00～

場所 菟田町立図書館

作品募集
外国人から見た
菟田フォトコンテスト



「外国人から見た菟田町」をテーマにフォトコンテストを開催します。外国人のみなさん、あなたが撮った写真を見てもらいませんか？作品は3月11日㊥～23日㊦の間、菟田町立図書館に掲示します。

【応募条件】

- ①外国籍の方本人が、2024年1月～2025年2月に菟田町で撮った写真
 - ②菟田町の好きな場所・人・店・建物・面白いと思ったものの写真
- ※写真を撮るときは写すものの許可を取ってください。

発表者募集
「わたしのきもち」
日本語発表会



外国人のみなさん、菟田町に住んで普段感じていることや自分の国の紹介などを日本語で発表してみませんか？発表を聞きたい方も、ぜひお越しください。

【発表する方の条件】

- ①菟田町在住または在勤の外国籍の方
 - ②5分以内の日本語でのスピーチ(テーマは自由)
 - ③3月23日㊦に発表できる方
- ※定員は15名程度です。応募者多数の場合は一次選考があります。

■ 申込方法 / 2月28日(金)までに、エントリーシートを持参・郵送・メールするか、町のホームページやFacebookのメッセージから申込みしてください。エントリーシートの様式や詳しいことは、町ホームページやFacebook「菟田町外国人インフォメーション」ページでお知らせします。

● 問い合わせ・申込 / 住民課 人権男女共同参画室
☎ 093・434・1958 メール tabunkakyosei@town.kanda.lg.jp



2月22日(土) 同時開催 @図書館 ママのためのブックタイム

最近本を読んでいますか？子育て中で、ゆっくり図書館を利用できない方のために、託児付きの読書時間をご用意しました。本を読んだり、雑誌を見たり、趣味の本を探してみたり…自分のための時間を過ごしてみませんか？
【日時】2月22日 10:00～12:00 (受付9:45)
【場所】町立図書館
【託児】無料 (2月20日までに要予約)



パパカUP 講座パパと考えよう！作ってみよう！我が家のOYAKOBOUSAI『避難計画書』

災害が起きたとき、家族のみんなはどこにいるんだろう？いざその日がきたとき、家族一人ひとりが、どこに逃げるか、今の我が家に必要なものが何か、考えたことがありますか？必要なものはママが・・・、子どものことはママが・・・なんてことになっていませんか？家族一人ひとりが、自分の命と安全を守るために、『我が家流避難計画』を子どもと一緒に考え、家族みんなで共有してみませんか？
【日時】2月22日 10:00～12:00 (受付9:45)
【場所】町立図書館 AVホール
【講師】子育て支援隊にじいろ 防災士：石田恭子さん、豊川春奈さん



● 問い合わせ・申込 / 住民課 人権男女共同参画室 ☎ 093・434・1958

すこやか写真館 1月



棚田ひまりちゃん(24日)

ひまちゃん1歳おめでとう♡にいと仲良く元気に育ってね😊



竹田奎斗ちゃん(22日)

ふみくんお誕生日おめでとう♡これからもお姉ちゃん達といっぱい遊ぼうね！



小川羽華ちゃん(17日)

1歳おめでとう！これからも健康に育ってね！ママ達に毎日笑顔をありがとう！！



上田一輝ちゃん(24日)

1歳おめでとう！すくすく元気に大きくなって、みんなに愛されるいっくんできてね！！

3月生まれの赤ちゃんの写真を募集しています！

3月生の満1歳の赤ちゃんの写真を募集しています。お子様の名前(ふりがな)・誕生日、保護者の住所・連絡先、メッセージ(30字程度)を添えて、2月25日㊥までに持参・郵送・webのいずれかでご応募ください。

- 郵送 / 〒800-0392 菟田町富久町1-19-1 菟田町役場 企画課広報広聴担当
- web / 右のQRコードから
- 申込・問 / 企画課 ☎ 093・434・1921

応募はwebが便利！

QRコードを読み込めば、いつでもどこでも簡単に応募できます！ご応募の際はぜひご利用ください！



管理栄養士のおうちレシピ

菟田町の特産品使用の「松会味噌レシピ」 ブロッコリーの味噌マヨナッツ和え



材料(2人分)

- ブロッコリー…1/2株(約150g)
 - 鶏むね肉…100g
 - A
 - 粉末ピーナッツ…大さじ1
 - マヨネーズ…大さじ1
 - 砂糖…小さじ1
 - 醤油…小さじ1
 - 松会味噌…小さじ2
- ※ピーナッツアレルギーが気になる方は、ゴマに変更してもOK☆

1食分栄養素 ▶ エネルギー 188kcal ▶ たんぱく質 17.9g
▶ 脂質 10.7g ▶ 炭水化物 10.2g ▶ 食塩相当量 1.0g

作り方

- ①ブロッコリーは小房に分ける。茎は皮を厚めにむき、1cm角ほどの棒状に切る。
- ②むね肉は、一口大のそぎ切りに切り分け、鍋に入れる。むね肉がかぶるくらいの水を入れ、中火にかけて中まで火を通す。火が通ったら穴あきお玉などですくい上げる。
- ③②と同じお湯を沸騰させ、ブロッコリーを入れて1分ほど茹で、湯をきって粗熱を取る。
- ④ボウルに調味料Aを入れ、混ぜ合わせて②と③を入れて和えたらでき上がり！



3月ごろまで旬のブロッコリー×菟田町特産品の松会味噌のコラボレシピです！
ブロッコリーには、血液凝固作用や骨の形成に欠かせない「ビタミンK」が含まれ、骨を丈夫にする働きがあります。また、味噌は「食物繊維」が豊富で、腸内細菌のエサとなり善玉菌を増やし、腸内環境を整えてくれます。体調を整え、身体を丈夫にしてくれるレシピなのでぜひ作ってみてください！