



すこやか写真館

1月



和田 六花ちゃん (19日)

お誕生日おめでとう。これからも笑顔いっぱい楽しんで遊ぶね！



豊田 佳樹ちゃん (12日)

お喋り上手で、笑顔が素敵！ただただ毎日可愛いよ。お兄ちゃんと仲良く成長してね。



池田 翠ちゃん (25日)

すい一歳のお誕生日おめでとう！これからも元気に成長して行ってね！だいすきだよ♡



井上 実優ちゃん (20日)

毎日笑顔と幸せをありがとう♡お兄ちゃんとずっと仲良くしてね^_^！



村上 愛来ちゃん (20日)

1歳のお誕生日おめでとう♡愛来ちゃん♡お兄ちゃんと仲良く元気に育ってね😊♪



梅田 朱理ちゃん (22日)

お誕生日おめでとう♡これからもたくさん笑って、すくすく育ってね♡だいすき♡



森日 和ちゃん (28日)

ひよちゃんお誕生日おめでとう！ふうちゃんとこれからも仲良くね！

赤ちゃんの写真募集

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(金)までにご応募ください。応募は右QRコードからが便利です！

3月生の満1歳

●問合せ/企画課 ☎093・434・1921

管理栄養士のおうちレシピ

実は、ほうれん草より栄養たっぷり！？ 水菜と厚揚げのサラダ



材料(2人分)

- 水菜……………1/2袋(100g)
- 厚揚げ……………1丁(120g)
- サラダ油……………小さじ1
- しらす干し……………小さじ2
- カツオ節……………1袋(1.5g)

調味料A

- ポン酢……………大さじ1.5
- サラダ油……………小さじ1
- 塩コショウ……………少々(お家にある市販のドレッシングに変更してもOK!)

1食分栄養素 ▶エネルギー 146kcal ▶たんぱく質 8.4g
▶脂質 10.4g ▶炭水化物 5.4g ▶食塩相当量 1.3g

作り方

- 水菜は根を切り落とし、幅2cmに切る。厚揚げは2cm程度の角切りにする。
- フライパンにサラダ油を熱し、厚揚げを入れてカリカリになるまで炒める。(厚揚げはコロコロ転がして焼く)。
- 調味料Aを混ぜ合わせ、器に水菜と②の厚揚げを盛り付ける。最後にしらす干しとカツオ節を散らし、調味料Aをかけたらでき上がり！



寒い時期に旬を迎えている「水菜」は緑黄色野菜に分類されているのをご存じですか？緑黄色野菜の基準となる栄養素のβ-カロテンを、基準値の約2倍の量含んでいます。また、代表的な緑黄色野菜のほうれん草と比べると、カルシウムは約4倍、鉄分はほぼ同量の栄養素が水菜に含まれています。年中価格も安定していて、生でも手軽に食べることができる野菜なので、ぜひ食卓に取り入れましょう！

令和8年度 子どもひろば登録のご案内

「放課後子どもひろば」に参加するためには、毎年必ず登録手続きが必要です。児童の保護者が、下記の該当する手続きを行ってください(新1年生含む)。



子どもひろばとは？



■4月1日以降に新規で参加する児童

→説明会に参加し、新規登録を行ってください。*新1年生のひろば参加は5月からです。

ひろば	説明会の日にち	時間	場所
苅田小・馬場小・南原小 与原小・片島小・白川小	3月6日(金)	14:00(受付13:30~) 18:30(受付18:00~)	中央公民館
苅田小・馬場小・南原小・与原小 片島小・白川小	3月8日(土) 3月15日(土)	9:30(受付9:00~) 9:30(受付9:00~)	中央公民館 西部公民館

■4月1日以降に継続して参加する児童や、新規で参加するが現在ひろばに参加している兄弟がいる児童

→各小学校で継続登録を行ってください。

ひろば	継続登録の日にち	時間	場所
苅田小	2月17日(土)・18日(日)	15:30~17:00	苅田小体育館
馬場小	2月28日(土)	9:00~12:00	馬場小体育館
	3月2日(日)・3日(月)	15:30~18:00	
南原小	2月26日(土)・27日(日)	15:30~17:00	南原小体育館
与原小	2月20日(金)	15:30~17:00	与原小体育館
片島小	2月24日(土)	15:30~17:00	片島小体育館
白川小	2月25日(日)	15:30~17:00	白川小ランチルーム

■持参品(新規・継続いずれも) / 児童1人6,000円(1年間の保険料・登録料)

*①生活保護世帯と②ひとり親家庭等医療該当世帯は登録料が3,000円に減額されます。

①は診療依頼書を、②はひとり親家庭等医療証を手続きに必ずご持参ください。

●問い合わせ/生涯学習課(片島小ひろば・白川小ひろば) ☎093・434・2044 /

苅田パワフル(苅田小ひろば) ☎093・434・2601 / 馬場キッズ館(馬場小ひろば) ☎093・434・5288 /

南原キッズ(南原小ひろば) ☎093・434・3886 / 苅田みどり幼稚園(与原小ひろば) ☎0930・23・0333

令和7年度 苅田町人権作品入選者



12月の人権週間に合わせて、小中学生より応募のあった1073点のうち優秀者に選ばれた方です(敬称略)。

■作文の部

■特別賞

- 【町長賞】 苅田中3年 芝野 香帆
- 【教育長賞】 馬場小5年 藤原 青

- 馬場小6年 西頭 幸衛
- 苅田中1年 屋敷 茉依紗
- 苅田中2年 財津 莉彩来
- ポスターの部
- 苅田小1年 三上 己星

- 南原小1年 赤松 桜果
- 南原小2年 進谷 美緒
- 与原小2年 高田 結莉
- 馬場小3年 宮島 羅凪
- 南原小3年 加藤 輝桜
- 南原小4年 福島 綾香
- 南原小4年 陣山 夏乃華
- 苅田小5年 矢岡 柑奈
- 馬場小5年 山中 瑛伶愛
- 苅田小6年 木塚 星那
- 馬場小6年 東 奈那香
- 苅田中1年 西島 加織

- 苅田中1年 吉永 琉愛
- 苅田中2年 弥永 滯里
- 苅田中2年 伊規須 優菜
- 苅田中3年 目代 穂夏
- 苅田中3年 永田 あのん
- 標語の部
- 苅田小3年 渡邊 凜
- 馬場小3年 上田 悠真
- 苅田小4年 那賀 友士琉
- 馬場小4年 山中 人夢
- 苅田小5年 渡邊 雄大
- 馬場小5年 村上 紗菜

- 馬場小6年 佐々木 葵
- 白川小6年 大石 采実
- 苅田中1年 吉川 莉央奈
- 苅田中2年 匿名
- 苅田中2年 有門 聡
- 苅田中3年 大庭 萌
- 苅田中3年 工藤 梨花

●問い合わせ/総務課
人権男女共同参画室
☎093・434・1958