

みんなの美術館

6月は翁島小学校のお友達の作品です

Our Museum



「自分の名前で想像したもの」

自分の名前のローマ字を使って絵を描きました。名字の頭文字の「N」で名前を区切りました。ローマ字を重ねて、立体的に描いたところを工夫しました。



二瓶 ^{ゆき}結希さん(6年)



鈴木 ^{かずき}一希さん(3年)

「プラズマ」

真ん中の部分はタイフーンです。絵の具とチョークを使って描きました。タイフーンの外側に絵の具を垂らし、つまようじを使って細い線を描きました。仕上げにラメを使い、キラキラを付けました。



食生活改善推進員コーナー

～生活習慣病予防メニュー～

No. 264

豆腐サラダ

(減塩メニュー)



【材料】4人分

・木綿豆腐 1丁・レタス 2枚・玉ネギ 1/4個・キュウリ 1本・トマト 1個・塩 少々

【ドレッシング】・オリーブオイル 大さじ1・酢 大さじ3・砂糖 大さじ1・コショウ 少々

【作り方】

- ①木綿豆腐をキッチンペーパーに包んで水切りし、食べやすい大きさに切ります。
- ②トマトをさいの目に切り、レタスを食べやすい大きさに切ります。
- ③薄くスライスした玉ネギと千切りにしたキュウリに塩をふり、混ぜ合わせておきます。
- ④酢、砂糖、オリーブオイル、コショウを混ぜ合わせてドレッシングを作ります。
- ⑤器にレタスを敷き、③のをせ、その上に①のをせます。
- ⑥⑤に④をかけ、最後にトマトを盛り付けて出来上がり。

【一人当たりの栄養量】

エネルギー 112kcal、塩分 0.3g

■一口メモ■

冷ややっこに野菜を足し、サラダにしました。酢を使ったドレッシングでさっぱりといただきます。



まちを好きになるアプリ



広報猪苗代をアプリ配信しています

町では、広報紙をスマートフォンなどで読むことができるアプリ「マチイロ」による配信をしています。利用規約、プライバシーポリシーなどについては、(株)ホープのホームページをご覧ください。



ios用



Android用

※「マチイロ」アプリの利用は無料ですが、通信料は利用者の負担になります。※広告が表示されますが、その内容に猪苗代町は一切責任を負いません。