

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



「アリスのふしぎなゆめの中」

ビー玉を転がして遊ぶことができる立体的な迷路を作りました。迷路の途中にトンネルを付けてにぎやかにしました。物語に登場するウサギや猫も迷路の中に入れてあります。



菅原 瑚心さん(4年)



「おひさま にこにこ」

クレヨンで太陽と花を描きました。太陽がにこにこ笑って嬉しそうな様子を描くことができました。工夫したところは、太陽を赤とオレンジの2色を使って塗ったところです。



宇川 結唯さん(1年)

食生活改善推進員コーナー

～生活習慣病予防メニュー～

No. 288

彩り夏野菜のスूपパスタ

(骨粗しょう症予防メニュー)



※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から新メニューの調理実習を中止しているため、過去に紹介したレシピを掲載しています。

【材料】4人分

・スパゲッティ 320g^ア・玉ネギ 1/2個・赤パプリカ 1/2個・黄パプリカ 1/2個・ベーコン 2枚・ブロッコリー 1株・バター 15g^ア・小麦粉 大さじ2・A {コンソメ 1個・水 2カップ・牛乳 2カップ}・塩 1g^ア・こしょう 少々・粉チーズ 大さじ2

【作り方】

- ①玉ネギは薄くスライスし、赤・黄パプリカは細切り、ベーコンは短冊切りにする。
- ②スパゲッティを熱湯でゆでて、ゆで上がりの1分ほど前に小房に分けたブロッコリーも加えて一緒にゆでる。
- ③バターを熱したフライパンで①を炒め、しんなりしたら小麦粉を加える。さっと炒めてAを加え、煮立ったら塩、こしょうで味を調える。
- ④②を加えて混ぜ合わせ、皿に盛って粉チーズをかけて出来上がり。

【一人当たりの栄養量】

エネルギー 483kcal^ア、塩分 1.2g^ア、カルシウム 194mg^ア

■一口メモ■

牛乳や粉チーズなどの乳製品はカルシウムが豊富に含まれているため、骨粗しょう症予防につながります。



マチ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。