

わが家のアイドル



いいだ かある
飯田 薫くん(1歳)

よく食べて、よく寝て、いっぱい笑って
すくすく育ってます！

問政策課 ☎内線207

koho@town.oiso.kanagawa.jp

今月の表紙

今月は大磯中学校演劇部・吹奏楽部、国府
中学校バスケットボール部で部活動を頑張る
生徒の皆さんが表紙です。
「大磯式部活動」の取組みについては2～
3ページをご覧ください。

SNSで情報発信中



LINE



Instagram



facebook



マチイロ



Lifevision

みんなでつくろう！

～給食メニューvol.1～

かみかみメニュー！

11月8日はいい歯の日！

小魚と大豆の炒り煮

町立の小学校給食で提供されている献立です。素揚げしたかたくちいわしと片栗粉を付けて揚げた大豆を甘しょっぱいたれにからめたもので、小学校で人気の献立です。噛み応えがあり、自然と噛む回数が多くなります。カルシウムやたんぱく質補給にもなり、お口の健康も維持できる一品です。



材 料 (作りやすい量)

かたくちいわし	30 g
茹で大豆	125 g
片栗粉	15 g
揚げ油	適量
三温糖	10 g
しょうゆ	3 g
水	5 g

作り方

- ①かたくちいわしを素揚げする。
- ②茹で大豆に片栗粉をまぶして揚げる。
- ③たれを作る。Aを鍋で加熱する。
- ④ボウルに③のたれと①、②を入れ、よく和えたらできあがり。

～ おうちでいただきますの日～

毎月19日は「食育の日」

第一曜日は「ファミリーコミュニケーションの日」

問スポーツ健康課 ☎内線319



カメラスケッチ

広報カメラマン撮影



彼岸花に
ヒメアカタテハが舞い飛ぶ
(10/6 国府新宿 高田さん撮影)



国府小学校発祥の地
(10/6 東昌寺 伊福さん撮影)