

小・中学生

わたしの作品



「漢の戦い」

橋のバランスをとるのが難しかったです。温度計が作品の世界観と合うように工夫しました。2人の服にもこだわりました。



ひらい ゆうき
平井 優樹さん
(伊奈中3年/柴中荻)



おうみ か
近江 ゆり香さん
(小室小2年/北本)



いなよし もえ
稲吉 萌衣さん
(小室小4年/小貝戸)

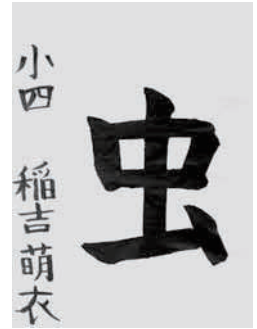
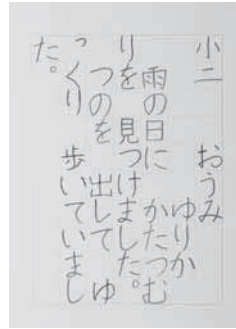


「D・オセロット」

全体的に茶色を使い、明るさを使い分けました。目や口の部分は色を重ね、くすんだ感じを出すことでリアルになったと思います。



はましま もな
濱島 萌凧さん
(伊奈中3年/北本)



児童館からの お知らせ



☎ 362-0806
伊奈町大字小室5161 ☎ 722-9113

サイエンスショー

工作をしながら空気の色を体験しよう。

| | |
|-----|------------------------|
| 日時 | 7月30日(日)13時～ |
| 対象 | 小学生まで(未就学児は保護者同伴) |
| 定員 | 35名(先着順) |
| 参加費 | 無料 |
| 申込み | 7月1日(出)から児童館窓口または電話で受付 |

お母さんのためのリフレッシュ講座

気軽に参加できるワークショップやヨガなどを行います。

| | |
|-----|---|
| 日時 | 9月1日・8日の各金曜日10時30分～11時30分 |
| 場所 | 多目的ホール |
| 対象 | 1～3歳のお子様の母親(託児付) |
| 定員 | 12名(先着順) |
| 参加費 | 200円 |
| 申込み | 7月4日(火)から児童館窓口または電話で受付 ※代理申込みはご遠慮ください。 |



6月4日、今日はお口の健康まつりin伊奈にお邪魔しました。会場では、(一社)北足立歯科医師会主催のもとお口の健康に関するさまざまなイベントが開催されました。当日は、8020よい歯のコンクール表彰式も行われ、80歳を越えても20本以上の歯をお持ちの方々が表彰されました。



今日はその表彰を受けられた方のお一人、小林恭久さん(細田山)にお話を伺いました。

虫歯予防で気をつけていることはありますか？

「歯む回数を増やすと虫歯予防になると聞いたのでなるべく硬いものを噛むようにしています。」と小林さん。好きな食べ物はいかやタコだそうです。

歯を20本以上保つ秘訣を教えてください

「かかりつけの歯医者さんから検診のお知らせが届くので定期的に診察を受けています。最近の診察でも虫歯は無いといわれましたよ。」日ごろのメンテナンスが大切ですね。

ありがとうございます。

お口の健康は身体の健康。みなさんも80歳になっても20本以上自分の歯を保ち、自分の歯で食べる楽しみを味わえるよう「8020」を目指しましょう!!



出かけませんか

**35周年記念
伊奈町カラオケ連合会発表会**

日時 7月9日(日)9時15分～
場所 総合センター大ホール
参加費 無料
☎ 大塚 728-0718

**第15回記念
伊奈町書道人連盟会員展**

会期 7月16日(日)～21日(金)9時～17時(初日は12時から、最終日は15時まで)
場所 県民活動総合センター展示コーナー
☎ 高橋 728-4438

一心館夏祭り

太鼓・フラダンス・盆踊り等のイベントのほか、おいしい食べ物の露店もあります。ぜひ遊びにいらしてください。
※雨天時は施設内で行います。
日時 8月5日(土)18時～
場所 一心館職員駐車場
☎ 石田 720-7217

参加しませんか

備前の里歩こう会

①雑木林のある町・自然いっぱい 北本
緑地・公園を歩き、北本総合公園で昼食をとります。
期日 7月8日(土)
集合 JR 北本駅(約12km)

②緑のトンネル・グリーンウオーク 伊奈

いなナビホームページの「伊奈町のんびり散歩おすすめコース」を歩きます。

期日 8月6日(日)
集合 ニューシャトル伊奈中央駅(約7km)

③武蔵水路からせせらぎ公園へ 北鴻巣

北鴻巣から荒川沿いを歩き、鴻巣市内のせせらぎ公園を目指します。

期日 9月16日(土)
集合 JR 鴻巣駅(約10km)

【共通事項】

集合時間 ①③8時50分、②7時50分
持ち物 飲物、雨具、昼食(②は不要)
参加費 300円
☎ 飽津(あくつ) 080-3257-2350

**デューク更家式
ウォーキング・エクササイズ**

正しい姿勢で歩く・健康美・ダイエットを目標にストレッチや健康体操で体を整えます。

日時 7月9日・23日、8月20日・27日10時～11時30分

場所 県民活動総合センター第1研修室
会費 各回2,000円

持ち物 運動靴
☎ 北田 728-3117、ホームページ <http://saitama-walking.jimdo.com>

**第68回ふるさと再発見講座
民話でつなぐ荒川流域**

日時 7月22日(土)13時30分～

**15時45分
場所 べに花ふるさと館(桶川市加納419-1)**

内容 民話発表「ふるさと伝承研究会」「忍の行田の『昔ばなし』語り部の会」、講座「長崎原爆被爆体験談～原爆はなぜ長崎に投下されたのか(加藤高明氏)」

参加費 600円(ただし中学生以下および「民話発表」のみの参加者は無料)

☎・☎ 嶋田 090-4010-1271

**熊本県向陽寺和尚
渡辺紀生講演会**

テレビでも出演経験のある、漫談のような説法で話題の和尚さんが伊奈町にきます!

日時 8月7日(月)18時～
場所 伊奈町商工会館
☎ 伊奈ライオンズクラブ 722-5255

募集します

新舞踊

初心者、男女問いません。
日時 水・木・金曜日10時～15時(月3～4回)

場所 講師自宅(伊奈町栄3-166、あやめ会館から徒歩2分)

☎ 桃慶(とうけい) 090-1854-3007

**少年野球チーム
伊奈 G スターズ**

野球未経験者も大歓迎です。

随時無料の体験会も開催していますので、詳しくはお問い合わせください。

日程 毎週土・日曜日
場所 南部大公園、小針北小、スポーツ少年グラウンド

対象 小学生男女
☎ 詳しくは渡邊 090-7266-6329、ホームページ <http://gstars2016.web.fc2.com/>

女声合唱団「いなほ」

コーラス団員募集中です。初心者大歓迎です。

日時 火曜日15時～17時(月2回)

場所 県民活動総合センターまたは蓮田コミュニティセンター

会費 月4,000円
☎ 鈴木 722-5883

楽歌声くらぶ

楽しくカラオケを上達しましょう。

日程 水曜くらぶ…第2・4水曜日、土曜くらぶ…第2・4土曜日

時間 男性または女性の場合…13時30分～15時、男女混成の場合…13時30分～16時

場所 ふれあい活動センター(ゆめくる)2階視聴覚室
会費 月5,000円

☎ 江沢 090-3067-3110

明るいあいさつで
コミュニティの輪を広げよう
伊奈町コミュニティづくり推進協議会

おすすめ クッキング No.296

夏野菜のケーキサレ



- ①各野菜を2cm角に切る。にんにく、ドライトマトは粗みじん切りにする。
- ②①をオリーブ油で炒め、好みのかたさになったら塩、こしょう、バジル、オレガノなどで味を整えたあと、バットにひろげて冷ます。
- ③ボウルに卵、牛乳、オリーブ油を入れて混ぜ、次に小麦粉とベーキングパウダー、さらにチーズ、②を加えて混ぜる。
- ④クッキングシートをしいたパウンド型に入れて170℃のオーブンで45～50分焼く。

野菜は各季節のもので代用できます。

材料(6人分)

| | | | |
|-----------|------|----------|------|
| 薄力粉 | 100g | なす | 2～3本 |
| 卵 | 2個 | パプリカ | 1個 |
| 牛乳 | 50ml | ズッキーニ | 1本 |
| ベーキングパウダー | 小さじ2 | たまねぎ | 1/2個 |
| ピザ用チーズ | 60g | にんにく | 1片 |
| | | セミドライトマト | 30g |