

# 小・中学生 わたしの作品



「猛毒スコロピオン」



しっぽを丸めるところを工夫しました。



あおぬま しょうや  
青沼 晟矢さん  
(小針小4年/大針)

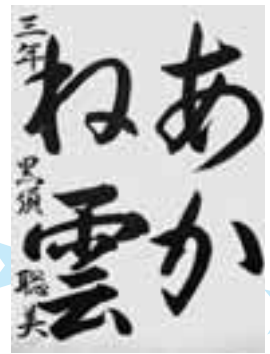
「コアラとふうせん」



コアラが持っているふうせん  
のひもを立てるのがむずかし  
かった。



やまざき すみか  
山崎 純香さん  
(小針小3年/大針)



くろす さとみ  
黒須 聡美さん  
(伊奈中3年/小貝戸)



はしぐち さえ  
橋口 沙絵さん  
(伊奈中3年/北本)

出かきませんか

さいたま水族館秋の特別展  
「北半球の魚たち」

期日 9月23日(金)~11月27日(日)  
場所 さいたま水族館(羽生市)

入館料 大人370円、小人120円(65歳以上および幼児、障害者手帳をお持ちの方は無料)

☎ 同館 ☎ 048-565-1010

映画会  
日時 9月18日(日)14時  
場所 図書館集会室  
題名 「おむすびころりん」  
「てるこか」

主催 伊奈映写クラブ  
☎ 熊谷 ☎ 721-5247

参加しませんか

おしゃべりサロン  
日時 9月28日(水)10時~12時  
場所 県民活動総合センター  
205セミナー室

講師 山田美津枝氏(さいたま市助産師会)「自分の心と体を大切にしていますか?」  
参加費 200円(託児あり)  
200円(要事前予約)

☎ 淀川 ☎ 728-1765

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

第6回卓球の集い

日時 9月25日(日)9時~17時  
場所 ゆめくる  
対象 町内在住・在勤または町内の卓球クラブ登録者

参加費 一般500円、中学生300円、町卓球連盟会員300円(傷害保険料代)  
昼食は持参してください。

試合内容 一部混合ダブルス(当日抽選でペアを決めます)  
二部男女別シングルス

☎ 9月10日(土)までに浜中 ☎ 722-2918へ

講演会「さいたま骨と関節セミナー」

高齢者整形外科疾患の専門医が、変形性膝関節症、手足のしびれ等についてわかりやすく説明します。

日時 9月23日(祝)14時~16時30分  
場所 県民活動総合センター

☎ 722-2918へ

☎ 722-2918へ

☎ 722-2918へ

掲載希望の方は、掲載希望月の前月5日までに、持参または郵送で秘書広報係まで。ただし、締切りは変わることもありますので詳しくはお問い合わせください。

おすすめ No.212 **クッキング**

 **ゴーヤーチャンプルー** 



にがうりは縦半分に切って種とわたを取り、6～7mm幅に切る。塩小さじ1/3をもみこみ、水が出たらしぼる。豆腐はペーパータオルに包んでしっかり水気を取る。

豚肉は食べやすく切って塩、こしょうをする。長ねぎは5mm幅の斜め切りにする。

卵をときほぐし塩、こしょうを少々し、ふんわりとした炒り卵を作る。

ごま油を熱し、しょうがを炒め豚肉、にがうりの順に炒め合わせ肉の色が変わったら長ねぎを加えて火をとおす。豆腐を手で大きくちぎって加え炒め酒、塩小さじ1、こしょうで味をつける。卵を戻し入れ大きく混ぜる。

**一言メモ**

豆腐の水気をよく取りましょう。

**材料 (6人分)**

- にがうり……………1本(200グラム)
- 木綿豆腐……………1丁(300グラム)
- 豚薄切り肉……………120グラム
- 長ねぎ……………1本
- しょうが(せん切り)……………1片
- 卵……………3個
- 酒……………大さじ1
- ごま油……………大さじ3
- しょう油……………小さじ1
- 塩、こしょう



ご家族で力をあわせて

「この仕事を始めたきっかけは母の介護を通じてなんです。介護をしていく中で、自分自身が転勤族だったこともあり、満足な介護ができず、悔しい思いをしました。両親はもういませんが、その時の気持ちがある今の仕事に生かされています。」

統計によると日本の人口はこれから減少の一途をたどるそうです。そうなると思います介護の重要性も高まると思われませんが、これからも一生懸命がんばってくださいなね。



No.212

毎日暑い日が続きますね。さて、今回の突撃インタビューは、介護業を営んでいる鮫田真さんご一家(栄中央)にお話を伺いました。実はご主人の鮫田さんは、この仕事を始める前は銀行にお勤めだったそうです。

「この仕事を始めたきっかけは母の介護を通じてなんです。介護をしていく中で、自分自身が転勤族だったこともあり、満足な介護ができず、悔しい思いをしました。両親はもういませんが、その時の気持ちがある今の仕事に生かされています。」

10月1日から防災行政無線の  
定時放送時刻がわかります

ご注意ください

放送時刻 16時30分

曲名 野バラ

生活安全課

2282

セミナーホール1  
講師 山本精三氏、穴水依人氏、石橋英明氏

対象 おおむね60歳以上の方

定員 200名(先着順)

参加費 500円

参加方法はきに住所、氏名、電話番号、参加人数を明記し、〒362 0022上尾市瓦葺1412 NPO法人高齢者運動器疾患研究所「さいたま講演会」へ。電話も可。

同研究所板橋事務局  
03 3964 3385

**募集します**

社交ダンスクラブポプリ

10月より内容を一新し、再スタート!現役プロが指導します。

日時 日曜18時~21時

場所 伊奈中体育館

会費 負担あり

原 721 2026

第24回伊奈町民チャリティゴルフ大会

期日 11月9日(水)

場所 鴻巣カントリークラブ(川里町)

参加費 5,000円(プレ-費別途)

定員 160名(先着順)

主催 伊奈町商工会青年部、伊奈町ゴルフ連盟

リバーフィールド  
728 2705