

※掲載希望の方は、掲載希望月の前月5日までに、持参または郵送で広聴広報係まで。ただし月により締切りは変わりますので詳しくはお問い合わせください。

おすすめ No.203 **クッキング**

🍴 里芋のトマトソース煮 🍴



① 里芋は皮をむいて、1.5cmの厚さに輪切りにする。鍋にかぶるくらいの水と共に入れ、煮立ったら2～3分下ゆです。水で洗い、ぬめりを取ってザルにあげる。

② 油小さじ2を熱し、玉ねぎを炒める。里芋を加えてひと炒めし、Aを加え5分ほど煮る。

③ 油をきったツナを入れ、里芋が柔らかくなるまで煮る。塩、こしょうで味を整え器に盛り、パセリを散らす。

一言メモ

里芋をじゃがいもに替えてもおいしくしょう。

材料 (6人分)

- 里芋 700g
- 玉ねぎ (みじん切り) 1/4個
- ツナ 小1缶
- パセリ
- トマトソース 300g
- 白ワイン 1/4カップ
- スープ 1カップ
- ローリエ 1～2枚
- 塩、こしょう、サラダ油



↑左から曾根原さん、鈴木さん、清水さん、八木橋さん、和田さん



No.203

11月13日(出)に、総合センターで「第11回町民カラオケの自慢大会」が行われました。出番前に振り付けの確認をしていた、仲良し5人組にインタビューしました。

「みんなクラスは別々だけど、とっても仲のよい小室の5年生です。」と元気に答えてくれました。

「アップテンポのかっこいい曲なので、歌だけでなく、ダンスにも注目してもらいたいです。9月の終わりがら、放課後、メンバーの家に行って練習をしていました。全員で振り付けを考えたくて

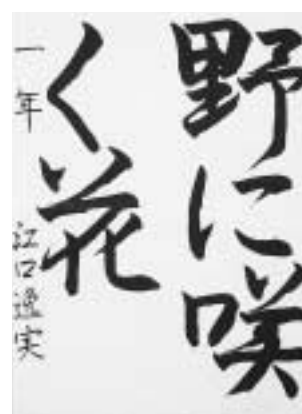
すよ。」

みなさんで黒を基調とした服に、おそろいのイヤリングを着けて、ステージ衣装もばっちり。

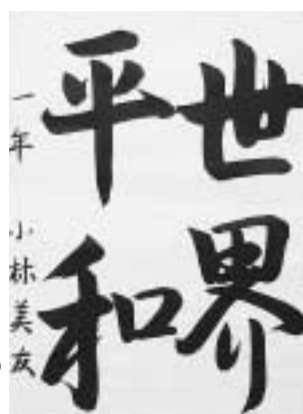
クラスメートの前で歌うのは初めてのこと。

「緊張していますか？」との問いに対して、全員とも「みんなといっぱいしゃべっていたら、緊張なんてなくなっちゃった。リハーサルもやっつね。」と、余裕の表情を見せていました。

さあ、いよいよ本番！会場は、たくさんのお客で埋めつくされました。彼女たちのつらつとした歌声とエネルギーが、会場から歓声が起る場面もありました。来年も、成長した5人のステージをぜひ見たいものです。



えぐち いつみ
江口 逸実さん
(小針中1年/小針新宿)



こばやし みゆ
小林 美友さん
(小針中1年/羽貴)

「戦争」
この版画は、スチレンボードに鉛筆やはさみで傷をつけて模様を描きました。



かつの ゆうたろう
勝野 優太郎さん
(南小6年/下郷)



おおほり りさ
大堀 里紗さん
(南小1年/栄南)

「楽しかった乳しほり」
きりんを描くのが難しかったです。

わたしの作品

日時 火曜20時

アイリスダンス愛好会 (社交ダンス)

多少経験のある方、楽しい仲間と一緒に踊ってみませんか。

日時 第2・4火曜10時30分～11時30分
場所 内宿区民センターほか
会費 月500円
対象 未就園児の親子
加藤 727-10677

育児サークル げんきっこクラブ

母と子と一緒に遊びませんか。

日時 水曜19時～21時
場所 伊奈中体育館
会費 月500円
竹中 721-4777

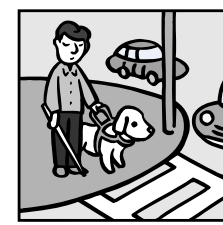
エアロビクス ウェンデー

初心者から中級者までどなたでも楽しめます。



※無料体験あり
日時 水曜10時15分～12時
場所 ゆめくる
会費 月3,000円
小島 684-7377

12月9日障害者の日 12月3日～9日障害者週間



12月4日～10日は「差別を許さない 県民運動」強調週間です。

参加しませんか

正月花講習会
日時 12月26日(日)10時30分～
場所 総合センター
定員 15名
費用 花材費のみ実費
細田 721-4966

参加しませんか

青少年もちつき大会
おもちをついて、みんなで食べよう！
日時 12月31日(金)10時～
場所 役場前
主催 町青少年相談員協議会
生涯学習課 2542

参加しませんか

映画会
日時 ①12月12日(日)②1月9日(日)14時
場所 図書館集会室
題名 ①炎よ創れ②親たちのスクラム
主催 伊奈映写クラブ
熊合 721-5247

第13回新春オープン卓球大会

日時 1月9日(日)9時～
場所 県活センター体育館
種目 ミックスダブルス団体戦(組合せは当日抽選)
予選 ブロックリーグ戦
決勝 ブロックリーグ1・2
参加費 1,000円(昼食・保険料)
定員 男女各70名(先着順)
12月20日(月)までに濱中 722-2918へ



明るいあいさつで コミュニティの 輪をなげよう

伊奈町コミュニティづくり推進協議会

募集します
※申込後のキャンセル不可(代理者の参加をお願いします)
スポーツ同好会 TONS
月替わりで、いろいろな運