

Cooking recipe

～今夜のおかずにもう一品～



三色ごはん
おじさんキッチン

材料 (4人分)

- ◆ごはん・・・ 茶碗4杯
- ◆ごはんの上にのせるもの
 - ①炒り卵
 - 卵・・・ 3個
 - 砂糖・・・ 大さじ1
 - 塩・・・ 小さじ半分
 - ②ツナ
 - ツナ缶・・・ 2缶
 - 砂糖・・・ 大さじ2
 - しょうゆ・・・ 大さじ2
 - ③ほうれんそう
 - ほうれんそう・・・ 約3株
 - しょうゆ・・・ 大さじ1
- ◆桜でんぶ・・・ お好みで

つくり方

- 卵を割りほぐし、砂糖と塩で味をつけて、フライパンに油を熱し、炒り卵をつくる
- ツナをフライパンに油ごとあけ、砂糖としょうゆを加え、汁が残る程度に軽く炒める。
- ほうれんそうは軽く塩ゆでし、水気をしばって細かく切り、しょうゆと混ぜ合わせ、さらにごはんも混ぜ合わせる。
- 器に③のご飯を盛りつけ、上に①の炒り卵、②のツナと桜でんぶを飾りつけて、できあがり！

www.town.kawanehon.shizuoka.jp

このほかにも、いろいろと。

広報紙に載せきれない情報やお知らせ、地域の話が満載の川根本町ホームページをご覧ください。

お詫びと訂正 広報5月号および6月号のナンバーが一つずつ間違っていました。正解は5月号がNO31、6月号がNO32です。気がついた方から教えていただくまで、まったく気がつきませんでした。誠に申し訳ありませんでした。お詫び申し上げます。

この「戸籍の窓辺」には、前々月に届出された出生届、婚姻届、死亡届のうち、本町に住所がある方で、本町の窓口（本庁・総合支所）で受け付けた分のみ掲載しています。それぞれの届出の掲載にあたっては、窓口で広報への掲載をご家族にお伺いしており、了承された方のみ掲載しています。（掲載を希望されない場合は、窓口で、その旨をお伝えください）

戸籍の窓辺

♡お誕生おめでとう

地区	氏名	性別	保嬰
接叡	小林 叶夢	女	健実
柳三	鳥澤 萌	女	一史
藤川	澤田 天愛	女	裕喜
梅高	鈴木 ひなの	女	一喜
地区 <th>氏名</th> <th>年齢</th> <th>届出人</th>	氏名	年齢	届出人
藤川	水川 小西 律郎	96	明宏
久野脇	諸田 君平	83	光夫
地名	森下 あさ江	83	石田朝之
田野口	鈴木 猛朗	79	敦夫
徳山	山本 さと	86	猪一郎
徳山	黒木 てう	67	宮崎隆彦
徳山	大畑 すす	85	滝井朋子
奥泉	赤澤 藤吉	99	赤沢昭則
小長井南	坂本 知義	77	光代

岩手・宮城内陸地震で亡くなられた方々のご冥福と、被災者の方々に一日も早く安心の日々が訪れますようお願いしております。

うに見入ってしまいました。自分で特集を組みながらも、どこか他人ごとと思っていたのは他でもない「自分」だったのかも知れません。反省です。「今すぐ一人一人が行動を起こさないと間に合わない」と言われていますが、私には何が出来るでしょうか。まずは「できること」を探るところから始めてみたいと思います。▼今号特集を組むにあたっては、岩手県盛岡市の広報紙「まちの総合情報誌ふじさわ」から非常に大きな影響を受けました。私一人の力ではとてもこの特集をまとめることはできませんでした。黒山さん、突然の問い合わせにも関わらず温かいお返事をくださりありがとうございました。今後も良きお手本であり続けたいです。山本さん、1年間の連載ありがとうございました。山本博昭さん、本間に感謝しています。▼山本博昭さん、山本さんが中心となって取り組んできた「草の根」活動は、今、本当に全町的な広がりを見せ始めています。いつか言っていましたね。町全体に活動を広げていきたい。体につけて、これからは頑張り続けてください！私も次号に向けて新たな勉強の始まりです。 小笠原聡

チラシ・カタログ・DM・自分史・カレンダー etc

松本印刷株式会社

島田営業所/島田市横井4丁目8番3号

電話 0547-36-5015 FAX 37-1823

～きれいな花束のプレゼント～

6月6日、JA大井川さんから「父の日」のプレゼントとして、杉山町長にきれいな花束が贈られました。今年いただいた花はトルコキキョウ4種類（春うらら、ピーターラベンダーなど）と、赤いバラ（レッドスター）の花束です。当日、役場窓口に飾らせていただきました。ありがとうございました。



川根本町のひとひら



原田 落香ちゃん

H19.6.30生 瀬沢

父：竜亮・母：直子

1歳おめでとう。兄に鍛えられてどんどんたくましく育っていく姿は微笑ましいかぎり。これからものんびりのびのび笑顔がステキな素直な子に育ってね。



渡邊 陽人くん

H19.6.29生 高郷

父：勇一・母：久美

陽人、お誕生日おめでとう。これからの一にと一緒に、元気に大きくなってね。



鈴木 衣織ちゃん

H19.6.17生 徳山

父：隆三・母：英美

外が大好きないおり。あんよの練習が楽しくてニコニコ。にいにたちと仲良く、元気に大きくなあれ。

生まれ続けて、ありがとう

1歳になったばかりの「お友だち」をご紹介します

☆お便り・作品を大募集

◆このページは、町民のみなさんからの声で作るページです。最近ふと思うこと、身近な出来事、感動したこと、役場へのご意見、広報の感想、などなど色々なジャンルのお便りをお待ちしています。◆文章は基本的に原文掲載ですが、誤字脱字など若干直しさせていただきます。◆投稿していただいたハガキなど、誌面の都合により次号への掲載になる場合があります。◆ハガキや作品・写真など、申し訳ありませんが返却できません。あらかじめご了承ください。

みんなの 広場

my home town kawanehoncho

ハガキ：〒428-0313 上長尾627 役場広報あて
ファックス：(56) 2235 役場広報あて
http://www.town.kawanehon.shizuoka.jp

より良い品を より安く

オザワマート

営業時間・午前9時～午後7時（日曜日・午前9時～午後6時）

川根本町上長尾 TEL 56-1108 FAX 56-1109

- オザワマートのゴールドカードはプリペイドカードとしてご利用いただけます。
- オザワマートのプリペイドカードは1万円で10,600円分使えます。
- 詳しくは店頭でおたずねください。