



ミムリン日記



5月14日 日曜日 ☀

今日は消防団の全体訓練にいったよ。

今年は7人の団員さんが新たに加わったんだって。

近くで火事や災害がおこったときのためにみんな真剣に訓練しててかっこよかったなあ。

放水の時の水の力ってすごいから補助の人とふたいでホースを持ってないと危ないんだって。ひとりじゃなくてみんなの力で美里町を守っていかないとだね。

消防団のみなさんいつも美里町を守ってくれてありがとう！

5月19日 金曜日 ☀

松久小学校の交通安全教室に行ったよ。

正しい横断歩道の渡り方や自転車の乗り方も、お巡りさんや交通指導員さんが教えてくれたんだ。

ミムリンも遊びに行くときは交通ルールを守って事故にあわないように気をつけよう！

みんなも交通ルールを守ってね。約束だよ！



ミムリンツイッターもみてね♪→

消防団 全体訓練



松久小 交通安全教室



お手軽クッキング 195

～減塩レシピ～

厚揚げチキンナゲット

1人当たり

エネルギー	塩分
334kcal	0.6g

材 料 (4人分)

厚揚げ……………300g
鶏ひき肉……………200g
玉ねぎ……………100g
卵……………1個
塩……………少々
小麦粉……………大さじ2
揚げ油……………適量
キャベツ……………300g
ケチャップ……………小さじ1
粒マスタード……………少々



作り方

- ①厚揚げは1.5cm角に切る。玉ねぎはみじん切りにする。
- ②ボールに鶏ひき肉と塩を混ぜ合わせ、卵と玉ねぎを加えてさらに練り混ぜる。
- ③厚揚げを加え、つぶしながら混ぜ合わせる。8等分にして平たくまとめ、小麦粉をまぶしつける。
- ④170℃に熱した油で3～5分揚げ、油をきる。
- ⑤器にキャベツと④を盛り合わせ、ケチャップと粒マスタードを添える。

※食改会員さんを募集しています。詳しくは、保健センターへお問い合わせください。[問合せ]保健センター ☎76-2855

(協力：美里町食生活改善推進員連絡協議会)

●発行 美里町 〒367-0194 埼玉県児玉郡美里町木部323-1

●編集 総合政策課 ☎0495-76-1111 (代表) FAX0495-76-0909

美里町ホームページ <http://www.town.saitama-misato.lg.jp/>



おめでとうございます

はじめの誕生日

満1歳

田端 咲奈ちゃん (古郡)

〈平成28年6月8日生〉

お父さん=弘之さん お母さん=美香さん

1歳おめでとう♡いつもニコニコ笑顔な咲奈ちゃん。これからもたくさん笑顔を見せてね。家族みんな咲奈ちゃんが大好きだよ♡



福島 結人くん (北十条)

〈平成28年6月1日生〉

お父さん=孝兵衛さん お母さん=文枝さん

結人、1歳のお誕生日おめでとう！元気に遊んでいっぱい食べて、すくすく大きくなってね。



8月に満1歳の誕生日を迎えるお子さんの受け付けをしています。6月30日(金)までに総合政策課へ☎連絡を！