

わが家のスター



ゆきた
橋本 幸汰くん
(5歳4か月/左/鍛冶屋町区)

けいた
恵汰くん

(3歳4か月/右)

2人仲良く、妹に優しい

体の丈夫な子になってね

(母 幸恵さん)

歯ごたえと食感のある
季節の野菜を



ふきの味付き衣揚げ

- ①ふきは塩をふり、板ずりしてゆで、皮をむく。4cmに切り水気をふきとります。
- ②卵にAとハム、パセリを入れ衣をつくる。
- ③ふきに②をつけ、こんがり揚げ。よもぎも同様に揚げ、レモンをつけ合わせる。

※ふきは好みにより生のまま使用すると歯ごたえが楽しめます。

材料 (4人分)

ふき	正味200g
卵	1個
パセリ	1gみじん切り
ハム1枚又は	
櫻えび	1gみじん切り
レモン	1/2個
揚げ油	適宜
よもぎの葉	8枚
小麦粉	大さじ5
かたくり粉	大さじ3
酢	大さじ1
塩	小さじ1/4
しょうゆ	小さじ1

栄養価 (1人分)

エネルギー	214kcal
たんぱく質	3.5g
脂質	1.5g
カルシウム	40mg
鉄	0.4mg
塩分	0.7g



広報編集室

今月の一枚

全国各地の地域づくり活動の事例を紹介するTBS系列のテレビ番組「笑顔がいちばん!」の取材が4月18日と19日の2日間、市内各地で行われました。

女優の原久美子さんがレポーター役として金子みずゞ記念館や仙崎小学校、湯本温泉など「金子みずゞに逢えるまち」と題して長門市を紹介します。この模様は、6月22日(日)午前7時からTYSで放送される予定です。



5月水道修繕当番店

◎公道部

三洋商事(有)

☎ 2210342

◎邸内部

森永水道(株)

☎ 4310552

書きくけ広報

新しい年度がスタートして広報担当も2年目を迎えました。本号作成の参考にと昨年の5月1日号を読み返してみると、未熟な1年前の自分を再認識するはめに…

4月は、ほっちゃテレビ開局に始まり金子みずゞ記念館オープン、みずゞ生誕100年祭など、予想通り行事が多く忙しい毎日でした。そのおかげで「長門の出来事」がいつぱいになり「ながと日記」も引越すことに…あれっ!と思われた方もいらっしやるかと思いますが…そんな訳でした。

この4月から広報の担当になりました村上といいます。よろしくお願いします。

久しぶりの本庁勤務に慣れる間もなく取材に出かける毎日。特に4月は行事が多かったので、広報って体力勝負だなあと感じました。そのうえ原稿の締め切りが近づいてくると、精神的なプレッシャーも感じるようになり…
覚えなければいけないことがたくさんありますが、気力・体力を充実させて一人前の広報マンになれるようにがんばります。



編集・発行

長門市役所

企画振興課 広報統計係

〒759-4108 長門市東深川一三三九番地の二
電話 0837-23-1117