

令和4年4月27日発行

～第25号～

西郷公民館だより

【発行所】登米市西郷公民館
西郷地区コミュニティ推進協議会
登米市南方町堤田38

【TEL】0220-58-4556 【FAX】0220-58-4581

【QRコード】



【ホームページ】



【Facebook】



健康で豊かな地域づくりを目指します

西郷地区コミュニティ推進協議会
会長 千葉 一則



新緑の候 地域の皆様には、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。また、常日頃よりコミュニティ活動にご支援ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、昨年度は引き続き新型コロナウイルスが沈静化せず、さらにオミクロン株も拡大し第6波が勢いを増しました。登米市でも3回目のワクチン接種率も高まっておりますが、連日感染者が出ており早期の終息を願うものです。

昨年度の当協議会は、感染防止のため事業を縮小して実施しましたが、「にしごう夏祭り」のみ中止となりました。

今年度は、西郷地区地域づくり計画が策定され、3年目を迎えます。「みんなが主役 ころかよい合う にしごう」をスローガンに健康で豊かな地域づくりを目指し、関係団体と連携を図り事業活動を実践してまいります。今後とも、地域づくりに邁進してまいりますので地域の皆さんに多数ご参加いただきますようよろしく
お願い申し上げます。



令和4年 4月吉日

令和4年度 職員紹介

館長	高橋 利典	
事務職員	星 香	(東郷公民館から異動)
	田口 瞳	
集落支援員	柴田 佳子	
事務職員	主藤 彩歌	(南方公民館へ異動)

よろしく
お願いします

裏面もご覧ください⇒

危険注意看板の設置



令和4年4月16日(土)

昨年に引き続き、コミュニティ事業として危険箇所に注意看板を設置しました。今年度は7か所でした。役員、西郷小学校の先生、PTA 役員の皆様など合計20名にご協力頂きました。ありがとうございました(^ v ^)

— 設置場所 —

狼掛行政区	実沢	1基	柳沢行政区	新聞内	1基	
畑岡行政区	銭金壇	2基	一ノ曲行政区	新畑岡下	3基	
					合計	7基



小松菜のビタミンAで
免疫力UP!!

豚肉と小松菜の中華風豆乳煮

～作り方～

- ①豚肉は食べやすい大きさに切り、塩・こしょうで下味を付けておく。
- ②小松菜は根元を切り落として5cm程度の長さにざく切り。ぶなしめじは石づきを切り落としほぐす。
- ③フライパンにごま油を熱し、中火で①に火が通るまで炒めたら、切った小松菜とぶなしめじ、鶏がらスープの素を加えてさらに炒める。
- ④③に豆乳を加えて加熱し、とろみがついたら火を止める。
- ⑤器に盛り付け、最後にお好みでラー油をかける。

材 料	作りやすい量 (4人分)
豚薄切り肉	100g
小松菜	200g
ぶなしめじ	50g
塩・こしょう	少々
ごま油	大さじ1
鶏がらスープの素	小さじ1
豆乳	200cc
ラー油	お好みで

今回のレシピは 登米市健康推進課の栄養士、庄司さんにご紹介いただきました♡

