

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】



事業の様子



絵手紙教室①



園芸教室①



女性教室①



西郷南寿大学②



英語教室②



写経教室①



料理教室①



西郷地区死亡事故ゼロ

1,500日達成!

6月29日(水)登米市より
表彰されました



にしごう夏まつりについて

7月23日(土)に開催予定でしたが、
コロナウイルス感染症拡大により、
防止の観点から中止となりました。

ご尽力いただきました皆さん、ありが
うございました。また、楽しみにして
いただいた皆さん、申し訳ありませんで
した。

裏面もご覧ください⇒





8月



の予定



8月10日(水) ⑥ふれ♡(あい)隊
畑岡老人クラブ

8月22日(月) ③絵手紙教室

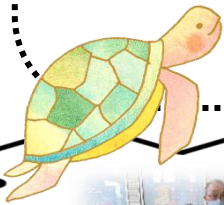
8月24日(水) ③英語で遊ぼう

8月27日(土) ①親子教室

8月30日(火) 親子リトミック教室

(会場:子育てサポートセンターぽっぽ)

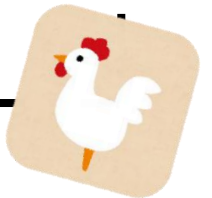
♪お問い合わせは西郷公民館まで♪



平貝行政区の高橋 義法さんより、西郷公民館に車椅子をご寄付いただきました。ありがとうございました。



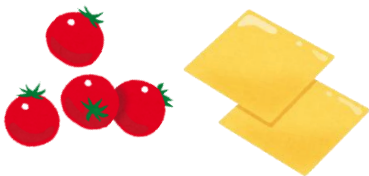
ブロッコリーと鶏もも肉のチーズ焼き



～作り方～

材 料	作りやすい量 (2人分)
オリーブオイル	適量
鶏もも肉	150g
ブロッコリー	4房
ピザ用 とろけるチーズ	適量
塩	少々
ミニトマト	5つ

- ①鶏もも肉を食べやすい大きさに切る。
- ②ブロッコリーは小房に分け、たっぷりのお湯で茹でる
- ③フライパンにオリーブオイルをしき、鶏もも肉を皮目から焼く。
- ④鶏もも肉に焼き目がついたらミニトマト、茹でたブロッコリーを入れて、塩少々で味を付ける。
- ⑤④にピザ用とろけるチーズをのせて、5分ほどフタをしておく。
チーズがとけたら、火を止めて完成!



畑岡行政区の小野寺 陽出子さんおすすめの季節の野菜レシピです。

ありがとうございます。