





初めて参加した秋田しらかみ看護学院の消防団



二ツ井地域の消防団が恋文商店街を堂々行進

雪の舞う中、堂々と力強く

令和2年 清洁品



1月5日に消防出初式が行われました。二ツ井地域では雪の舞う中、消防団員や消防署員などが駅通り から本町通りまで分列行進しました。能代地域では畠町通りを分列行進し、まとい振り隊や木遣り隊によ る勇壮なまとい振りも披露されました。その後、能代市文化会館で行われた式典では、消防活動に尽力し た分団や団員の表彰などが行われ、出席者らは地域の安全を守るという決意を新たにしました。





雪にも動じずまとい振りを披露



子どもたちが基本を楽しく学ぶ 巾内のスキー場でスキー教室

市内唯一のスキー場の切石ファミリーゲレンデで、 1月18日にスポカルきみまち主催の初心者スキー 教室が行われました。参加した子どもたちは、スキ ー講師の指導を受けながら、滑り方や止まり方など スキーの基本を学びました。



子どもたちは餅つきに挑戦 **正**月の遊びで新年を楽しくスタート

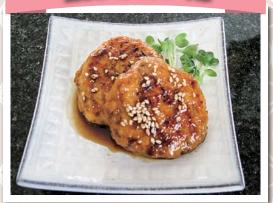
1月11日、サンピノで新年の集いが行われ、正 月にちなんだ遊びや催し物を楽しもうと多くの家族 連れでにぎわいました。イベントの後半には、子ど もたちが餅つきに挑戦。つきたてをつゆ餅やあんこ 餅にしておいしそうに頬張っていました。



保育所調理師 おすすめの一品!

第一保育所~

豆腐入り鶏つくね



1人分当たり栄養価 エネルギー 200kml/塩分 1.4g

材料(4人分)

鶏ひき肉……200 g ネギ……1/2本 エリンギ…… 1本 絹ごし豆腐……150g ごま油………大さじ1



★おろし生姜…1かけ分 ★酒……… 小さじ1 ★片栗粉……大さじ1 ★塩、こしょう…各少々 ☆酒、みりん、醤油、砂糖…… 各大さじ2 白ごま…… 少々

- ①ボウルに豆腐(水切り不要)、みじん切りにした ネギとエリンギ、鶏ひき肉、★を入れ、まぜ合わ せる。
- ②①を8等分にし、俵形に成形する。成形しづらい 場合は少量の油(分量外)を手のひらに付ける。



- ③フライパンにごま油を 熱し、②を両面こんが りと焼く。
- ④③に☆を加え、途中で 何回か返しながら煮詰 める。たれにとろみが

出てきたら完成。お皿に盛り、ごまを散らす。

■ ワンポイントアドバイス

豆腐は木綿でもいいですが、絹ごしのほうが なめらかな食感に仕上がりますよ。卵を使って いないので、卵アレルギーの方にはGood!



《 栄養満点の大豆! しっかり食べよう》

大豆は、たんぱく質が豊富な 食品です。また、脂質やビタミ ン、ミネラルなども豊富に含み 畑の肉ともいわれています。大 豆の加工食品は大豆と同様、栄 養価が高いだけではなく、大豆 そのものより消化がいいので子 どもにもお薦め! 毎日1品は大 豆・大豆製品を食べましょう!!



子どもたちの歓声響き渡る **趣**向凝らした企画で雪に親しむ

1月19日、檜山崇徳館で冬の恒例行事の檜山こ ども冬まつりが行われました。雪上でのミカン拾い やかるた大会など趣向を凝らした企画がいっぱい。 会場には、寒さに負けずに駆け回る子どもたちの元 気な歓声が響き渡りました。

いつまでもお元気で! 00歳長寿おめでとうございます!



三浦ツヤさん(下野・大正9年1月21日生まれ)

100歳を迎えられたツヤさんに、齊藤市長がお祝 い状と記念品を手渡しました。21歳の頃に市外か ら二ツ井町に嫁いだツヤさん。「今では二ツ井が私 の古里です」と笑顔で話していました。



●増山トシさん(仁鮒・大正9年1月22日生まれ)

100歳を迎えられたトシさんに、齊藤市長がお祝 い状と記念品を手渡しました。トシさんは孫などか ら贈られた大好きな花に囲まれ「くよくよしないこ とが長生きの秘訣」と話していました。