



夜間・休日のお医者さん

【休日】

5月	医療機関名	薬局名
3日(金)	三春病院 ☎62-3131	さくら調剤薬局
4日(土)	たむら市民病院 ☎82-1117	共創未来船引薬局
5日(日)	公立小野町地方総合病院 ☎72-3181	
6日(月)	なごみファミリークリニック ☎62-2573	
12日(日)	かとうの内科クリニック ☎81-1388	わたなべ調剤薬局
19日(日)	南東北病院滝根診療所 ☎78-2442	オリオン薬局
26日(日)	さとう耳鼻咽喉科クリニック ☎81-1333	げんじろう調剤薬局

休日診療時間 午前9時～午後6時 (医療機関によっては、午前9時～午後5時)
休日夜間は郡山市夜間急病センター ☎024-934-5656

6月	医療機関名	薬局名
2日(日)	のぞわ内科クリニック ☎61-1500	ルビー調剤薬局
9日(日)	清水医院 ☎82-3535	

【平日夜間】 田村地方夜間診療所 ☎81-2233

所 田村市船引町船引字源次郎 (福祉の森公園地内)

救急電話相談は 24 時間 #7119 へ



学校給食をおうちで作っちゃおう♪

M's kitchen
~school lunch recipe~

問 教育課 学校教育グループ
☎ 62-6310

材料 (2人分)

- こまつな 1茎 (50g)
- アスパラガス 2本 (50g)
- カットわかめ (乾燥) 2g
- コーン (水煮) 10g
- 酢 (A) 小さじ1と1/2 (8g)
- ごま油 (A) 小さじ2/3 (2.5g)
- しょうゆ (A) 小さじ1 (6g)
- 砂糖 (A) 小さじ1/2 (1.5g)
- 白いりごま (A) 小さじ1/2 (1.5g)

★今の時季が旬の、アスパラガスを使用したメニューです。成長期に必要なカルシウムや鉄分を多く含む、ごまやわかめも一緒にとることができます!

学校給食メニュー

アスパラガスのごま酢あえ(副菜)

YouTube チャンネル

動画を見ながら、楽しく簡単に
“給食の味”を作ってみませんか。



つくりかた

- ①カットわかめは、水で戻し、水気を切っておく。
- ②こまつなは2 .5cm幅に切り、アスパラガスは斜め小口切りにする。
- ③鍋にお湯を沸かし、②のこまつな、アスパラガスを入れて約2分茹で、水気を切っておく。
- ④ボウルに調味料 (A) を入れ、混ぜ合わせる。
- ⑤④に、①、③、コーンを入れ、和えて完成。



栄養成分 (1人分)

エネルギー	41kcal
たんぱく質	1.7g
脂質	1.9g
炭水化物	4.0g
食塩相当量	0.4g



【ふるさと三春町応援寄附金】
・影山 武(千葉県千葉市)

▼一般寄附
・株式会社たまのや
児童用書籍

▼物品
・三春町へ

◎ボランティア
・三春町赤十字奉仕団
・安齋ひかり(中町)
・國分シヅ子(新町)
・齋藤キミ子(南町)

▼寄附
物品
・増子忠二(山田)
【三春町社会福祉協議会へ】

寄附・ボランティア
していただいた方々
(令和6年3月9日)
(令和6年4月8日)
(敬称略・順不同)

もっと写真を見たい方は、
カタログポケットでここを
タップしてね♪



広告欄