



夜間・休日のお医者さん

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
4日(日)	矢吹医院 ☎ 62-3015	
11日(日)	青山医院 ☎ 77-2015	みはる調剤薬局ときわ店
18日(日)	島貫整形外科 ☎ 72-2722	
25日(日)	秋元医院 ☎ 82-1514	

7月	医療機関名	薬局名
2日(日)	三春病院 ☎ 62-3131	さくら調剤薬局
9日(日)	遠藤医院 ☎ 85-2016	

田村地方夜間診療所

(診療時間：午後7時30分～9時)

受診する際は、事前に必ず電話をしてから受診してください。

☎ 81-2233 FAX 72-8841



学校給食メニュー

ごぼうのピリ辛サラダ(副菜)

学校給食をうちで作っちゃおう♪

M's kitchen
~school lunch recipe~

YouTubeチャンネル M's kitchen
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。



材料(2人分)

ごぼう	5cm (20g)
きゅうり	1/3本 (30g)
キャベツ	1枚 (50g)
コーン(水煮)	20g
ほぐしチキン	20g
しょうゆ(A)	小さじ2/3 (4g)
酢(A)	小さじ1/2 (3g)
砂糖(A)	小さじ2/3 (2g)
ごま油(A)	小さじ2/3 (2g)
豆板醤(A)	少々 (0.4g)

- つくりかた
- ①ごぼうは千切り、きゅうりは半分斜め切り、キャベツは細切りにする。
 - ②鍋にお湯を沸かし、ごぼうを入れて茹でる。
 - ③ごぼうに火が通ったら、きゅうり、キャベツを入れてさっと茹で、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③、コーン、ほぐしチキンを入れ、和えて完成。

栄養成分(1人分)

エネルギー	49kcal
たんぱく質	3.3g
脂質	1.4g
炭水化物	6.4g
食塩相当量	0.4g

★6月に「歯と口の健康週間」があることから、学校給食では、よく噛んで食べるメニューを取り入れています。野菜は、食感が残るくらいに茹でるのがポイントです。

問 教育課 教育総務グループ
☎ 62-6310

- 酒のやまだい
- ▽寄附金
- ▼寄附
- 【三春町へ】
- ▽寄附金
- ▼寄附
- 【ふるやう三春町応援寄附金】
- ・鈴木 暁 (秋田県大仙市)
 - ・鈴木 勲 (福島県郡山市)
 - ・舟木 東吾 (埼玉さいたま市)
 - ・森内 文夫 (大阪府箕面市)
 - ・影山 武 (千葉県中央区)

- ▽物品
- ・東邦三春ゴルフクラブ 会長 増子 博保
 - ・増子 忠一 (山田)
 - ・杉山佐知子 (札幌市)
- ◎ボランティア
- ・三春町赤十字奉仕団
 - ・大越 瑛子 (弓町)
 - ・國分シヅ子 (新町)
 - ・齋藤キミ子 (南町)
 - ・佐久間善子 (大町)
 - ・吉田 勝子 (御免町)

寄附・ボランティアを
していただいた方々

令和5年4月9日～
令和5年5月8日
(敬称略・順不同)

