

わが家のアイドル写真館



先月から始まった新コーナーです！
町民の方々からご応募いただいた
可愛い「わが家のアイドル」写真を
ご紹介します♡



莉葉(りいな)ちゃん
お人形とアイス大好き! H27.9.2 生



廉(れん)ちゃん
お手伝い大好き! H27.9.16 生



あいみちゃん
みんなのアイドルよ! H27.8.1 生



チロちゃん
桜がきれい! H21.8.26 生

わが家のアイドル写真館 投稿写真大募集!

お子さまやペットなど、この子こそ「わが家のアイドル!」という可愛い写真を広報とねで、皆さんにご紹介してみませんか?
小学校入学前のお子さまかペットの写真をお送りください。(町内在住の方に限ります)

氏名・連絡先・お子さま(またはペット)のお名前(ふりがな)・生年月日を記入して、写真をメール(2MB以内)で送付してください。
メールがうまく送れない場合や、窓口で受付する場合は、お手数ですが下記までお問い合わせください。

【送り先】企画財政課 シティプロモーション係 ☎ 68-2211(内線 221) ✉ citypro@town.tone.lg.jp まで



利根ヘルスメイトおすすめ

健康レシピ

かつお

鰹のチンジャオロース風



＜栄養量：1人分＞
エネルギー 194kcal
たんぱく質 20.8g
脂質 6.7g 塩分 1.2g

調理時間
目安
20分

＜材料：4人分＞

鰹(刺身用).....	280g
ピーマン(赤・黄・緑).....	各 120g
茹でたけのこ.....	120g
乾燥きくらげ.....	10g
長ねぎ.....	30g
サラダ菜.....	80g
サラダ油.....	大さじ 2・2/3
片栗粉.....	大さじ 1 弱
砂糖・ごま油.....	各小さじ 1
しょうゆ.....	大さじ 1
A { しょうが汁.....	小さじ 1
酒・しょうゆ.....	各小さじ 2

＜作り方＞

- ① 鰹は1cm角くらいの拍子木切りにし、Aで下味をつけ、片栗粉をまぶす。
- ② ピーマン、たけのこは細切り、きくらげは水で戻して細切り、長ねぎはみじん切りにする。

- ③ サラダ油大さじ 1・2/3 で鰹を炒め、火が通ったら血に取り出す。残りの油(大さじ 1)で長ねぎ、きくらげ、たけのこ、ピーマンの順に加えて炒め、鰹を戻し入れ、砂糖、しょうゆで味をつけ、仕上げにごま油を加える。
- ④ サラダ菜を敷いた器に盛り付ける。

旬の食材、かつおが主役!!
子どもからお年寄り、魚嫌いな方にも美味しく食べていただけるレシピです。ご家庭にある調味料で簡単に作れますので、ぜひお試しください。

レシピ提供

利根町食生活改善推進員協議会
(利根ヘルスメイト)
鈴木 智恵子さん



皆さまのご意見・ご要望を受け付けています。

ご意見・ご要望の概要とその回答は、町民全体の課題として共有していただくため、役場1階の情報公開コーナーで公開させていただく場合もあります。

● 町長へのホットライン ☎ 0297-68-8059 (留守番電話・FAX)

● 電子メール info@town.tone.lg.jp

※必ず氏名・住所・電話番号をご記入ください。

● 投書箱 (設置場所)

- ・利根町役場 ・利根町公民館 ・利根町生涯学習センター
- ・文間地区農村集落センター ・利根東部農村集落センター
- ・布川地区コミュニティセンター

【問合せ先】役場総務課 秘書広聴係 ☎ 0297-68-2211(内線 507)



平成29年工業統計調査を実施します。

～調査へのご協力をお願いいたします～

工業統計調査は我が国の工業の実態を明らかにすることを目的とした統計法に基づく報告義務がある重要な統計です。

調査結果は中小企業施策や地域振興などの基礎資料として活用されます。

調査時点は29年6月1日です。

調査票へのご回答をお願いいたします。



経済産業省・都道府県・市区町村

利根町の人口と世帯(平成29年4月1日現在)

総人口: 16,651人 (-50) ()内は前月比
男性: 8,216人 (-38)
女性: 8,435人 (-12)
世帯数: 7,032世帯 (-11)

【5月の納税等】

軽自動車税 全期

【お詫びと訂正】

広報とね4月号の16ページ「いばらきっ子郷土検定で優秀賞」の記事中、出場者氏名が「山本愛理(やまもとあいら)さん」ではなく「坪井翔(つばいかける)さん」、また、同ページ「大空に風をあげ楽しむ利根町風あげ大会」の記事中、「元昭和町」ではなく「元庄和町」となります。お詫びして訂正いたします。