

わが家のアイドル写真館



大好評の「わが家のアイドル写真館」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♡



わが家のアイドル写真館 投稿写真大募集!

お子さまやワンちゃん、ネコちゃんなど、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、皆さんに紹介してみませんか?
投稿者の住所・氏名・連絡先・アイドル(小学校入学前のお子さま、またはペット)のお名前(ふりがな)・生年月日・一言コメント(15文字以内)を明記の上、写真を下記までメールでお送りください。メールがうまく送れない場合や、窓口で受付する場合は、下記までお問い合わせください。
【送り先】企画課 シティプロモーション係 ☎ 68-2211 (内線 221) ✉ citypro@town.tone.lg.jp まで



利根町ヘルスメイトおすすめ 健康レシピ



<栄養量：1本分>
エネルギー 1,211kcal たんぱく質 27.1g 脂質 59.1g 塩分 1.2g

<材料：1本分>

【生地】

米粉 55g
ベーキングパウダー 1g
卵白 3個分
グラニュー糖 80g
卵黄 3個分
牛乳 大さじ2

【クリーム】

生クリーム 100cc
グラニュー糖 10g

【3つのポイント】

- ①卵白は、ぬるま湯の上で泡立てるとグラニュー糖が溶けやすくなります。
- ②グラニュー糖を使用すると、癖のないさっぱりとした甘味になります。
- ③米粉は、ふるいにかけなくてもダメになりにくいので楽チンです。

<作り方>

- ①米粉とベーキングパウダーを合わせておく。
- ②ボールに卵白を泡立て、グラニュー糖を3回に分けて入れ、さらにしっかり混ぜる。
- ③天板にオーブンシートを敷き、②の生地を流し込み180℃に温めたオーブンで10〜12分焼き、あら熱をとる。
- ④ボールにクリームの材料を入れ泡立て、③の生地に塗り手前から巻く。

調理時間
目安
30分



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

※ 町長への手紙 でも受け付けています。ご利用ください。

【問い合わせ先】役場総務課 秘書広聴係 ☎ 68-2211 (内線 507)



@tone_town2211

利根町公式Instagram

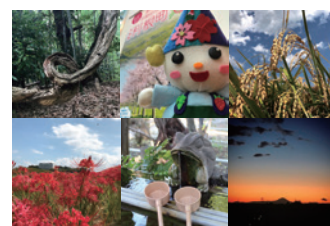
(愛称：トネスタグラム)で利根町の魅力を発信中!

いいね! フォローお待ちしています♪

皆さまが#トネスタグラムをつけて投稿した素敵なお写真も紹介しています。



Tonestagram



いいね! 9999件



利根町の人口と世帯 (平成30年2月1日現在)

総人口：16,532人 (-9) ※住民基本台帳人口 ()内は前月比
男性：8,166人 (+5)
女性：8,366人 (-14)
世帯数：7,060世帯 (+10)