

わが家の アイドル 写真館



みなさまからご応募いただいた「わが家のアイドル」写真をご紹介します。



元気100倍ののちゃんマン！

乃々佳 (ののか) ちゃん R1.5.29 生



今日も可愛いひーちゃん♡

ひじきちゃん R2. 4月生

お知らせ
 広報とねリニューアルに伴い、4月号より掲載ページが変更になります。掲載ページにつきましては、次号の目次でご確認ください。引き続き、お写真の投稿お待ちしております。なお、過去に掲載した方でも、1年程度経過してれば掲載できます。

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(小学校低学年ぐらいまでのお子さま、またはペット)のお名前(ふりがな)・生年月日・一言コメント(30文字以内)を明記の上、画像データ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】総務課 秘書広聴係 ☎ 68-2211(内線 314) ✉ kouhou@town.tone.lg.jp まで



材料：天板1台分
27cm×30cm

- 卵 …………… 4個
- 砂糖 …………… 70g
- 米粉 …………… 70g
- サラダ油 ……… 大さじ1
- バニラエッセンス…2～3滴
- 豆乳入り生クリーム…100CC
- ゆであずき …… 100g

<作り方>

- ①天板にクッキングシートを敷く。
- ②ボウルに卵を割り入れ、砂糖を加えてハンドミキサーで白くもったりするまでよく混ぜる。
- ③米粉をふるい入れ粉気がなくなるまで混ぜる。
- ④サラダ油、バニラエッセンスを加えてさっと混ぜ、①に流し入れ平らにならす。
- ⑤170℃に予熱したオーブンで12分焼き粗熱をとる。
- ⑥生クリームをツノが立つまでしっかりと泡立てる。
※氷水にあてながら行うと泡立ちやすい。
- ⑦スポンジの手前と奥3cmを空けて、ゆであずきとクリームを塗り広げる。
- ⑧クッキングシートを剥がしながら手前から巻いていき冷蔵庫で冷やす。



米粉のロールケーキ

調理時間の目安
30分

ひとことコメント

利根町産の米粉を使用した、ふわふわ食感のロールケーキです。少ない材料で簡単に作ることができます。

栄養量 (1/6 切れあたり)

エネルギー 264kcal たんぱく質 7.1g
脂質 12.5g 食塩相当量 0.3g

【レシピ提供】利根町食生活改善推進員協議会

皆さまのご意見・ご要望をお聞かせください



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。)



町長へのホットライン ☎ 0297-68-8059
(留守番電話・FAX)



投書箱(設置施設) 利根町役場・利根町文化センター・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

このほか、**町長への手紙**でも受け付けています。ご利用ください。

ご意見・ご要望の概要とその回答は、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。

【問い合わせ先】役場総務課 秘書広聴係 ☎ 68-2211(内線 314)

はじまっています！マイナンバーカードでマイナポイント！

マイナンバーカードをお持ちの方へ
 お好きなキャッシュレス決済で使えるポイントが、
 上限 **5,000円**相当もらえる！

期間：2020年9月1日～2021年3月31日(予定)

マイナポイントの利用は安心・安全です！
 マイナポイントの申し込みにはマイナンバーカードの「電子証明書」を使うので、なりすましなどの悪用は困難です。
 国が買い物履歴を収集・保有することはできません。



【問い合わせ先】総務省マイナンバー総合フリーダイヤル
 ☎ 0120-95-0178 音声ガイダンスに従って「5番」を選択
 平日：9：30～20：00 土日祝：9：30～17：30

【3月の納税等】

3月の納税等はございません。

広報とね 3月号 No.684号 3月5日発行

【発行】利根町 ☎ 0297-68-2211(代表)

〒300-1696 茨城県北相馬郡利根町布川 841-1

【編集】総務課/企画課

