



集会所実施事業の受講生を募集します

申・問 生涯学習課 生涯学習係
(☎内線2246)

八城集会所 (松井田町八城441)

教室「講師(敬称略)」	実施日	開講日時
手芸教室 「中山光枝」	毎月第1、第3月曜日	4月15日(月) 午前9時30分～
書道教室 「増田文子」	毎月第1、第3月曜日	4月22日(月) 午後1時30分～
生花教室 「仲百美子(池坊)」	毎月第2、第4火曜日	4月23日(火) 午前9時30分～



▲八城集会所手芸教室



▲下増田集会所舞踊教室

下増田集会所 (松井田町下増田2056-7)

教室「講師(敬称略)」	実施日	開講日時
手芸教室 「中山光枝」	毎月第2、第4月曜日	4月22日(月) 午前9時30分～
舞踊教室 「君波道子(西川流)」	毎月第1、第3水曜日	4月17日(水) 午後2時30分～
詩吟教室 「藤巻明子」	毎月第1、第3金曜日	4月19日(金) 午後1時30分～

※都合により、一部日程が変更になる場合があります

定 各教室とも25人 ¥無料(材料費などは除く)

申込みは随時受け付けています。土日・祝日を除く午前8時30分～午後5時15分の間に連絡してください。

日程
時間
期
場
問
対
電
FAX
定
料
持
他



文化・生涯学習カレンダー

日にち	時間	内容	場所
4/7(日)	10:00～	安中市・西毛茶道会合同茶会	文化センター
4/27(土)	10:00～	絵本読み聞かせ	安中市図書館
4/28(日)	9:30～	第25回安中西北毛地区高校演劇祭	文化センター・ホール

安中市の学校給食を紹介します!

給食レシビ



【栄養成分(1人分)】

エネルギー 386kcal
たんぱく質 11.5g
食塩 1.2g

とりめし

【材料】	【4人分】
ごはん	茶碗4杯
とりひき肉	125g
しょうが(すりおろし)	小さじ1
砂糖	大さじ2
しょうゆ	大さじ2
酒	小さじ1

【作り方】

- 鍋にAの調味料・とりひき肉・しょうがを入れ、よくほぐしながら混ぜる。
- 火を入れ、混ぜながら煮汁が少し残るくらいまで煮つめる。
- ボールなどにごはんと②を入れ、ご飯粒がつぶれないよう、切るように混ぜる。

※調理時間約15分(ごはんを炊く時間は含みません)



安中市学校栄養士会

生徒たちから、よくリクエストされる学校給食人気メニューの1つです。

味付けしたとりひき肉をごはんに混ぜるため、ごはんには味がしみ、食べやすいです。

冷めてもおいしいのでお弁当やおにぎりなどでもおいしく食べられます。

おすすめポイント