

おおづ

広報

2009 MARCH
3 弥生
やよい

みんなで作ろう
元気 大津
人と自然にやさしい
心かよいあうまち

広報おおづ 2009 3

本気の価値



2009年全日本モトクロス選手権シリーズ 開幕

第1戦 九州大会

期日 3月14日(土)予選
15日(日)決勝

場所 HSR九州

問い合わせ 九州モーターサイクルスポーツ協会
092(473)2616

2009MFJ 全日本モトクロス選手権シリーズカレンダー

大会名	日程	会場
第1戦 九州大会	3/14・15	熊本県 HSR九州
第2戦 近畿大会	4/4・5	奈良県 名阪スポーツランド
第3戦 関東大会	4/18・19	埼玉県 オフロードヴィレッジ
第4戦 中国大会	5/16・17	広島県 グリーンパーク弘楽園
第5戦 SUGO大会	6/13・14	宮城県 スポーツランド SUGO
第6戦 北海道大会	7/4・5	北海道 わっさむサーキット
第7戦 東北大会	7/18・19	岩手県 藤沢スポーツランド
第8戦 近畿大会	9/12・13	奈良県 名阪スポーツランド
第9戦 中国大会	10/10・11	広島県 グリーンパーク弘楽園
最終戦 第47回 MFJGP	10/24・25	宮城県 スポーツランド SUGO



切り取り



材料 (4人分)

- イカ団子..... 200g
- もずく..... 80g
- にんじん.....100g
- たまねぎ..... 150g
- チンゲンサイ..... 100g
- 固形スープの素..... 4g×2個
- 水..... 800cc
- うすくちしょうゆ..... 大さじ1
- 酒..... 大さじ1
- 塩..... 少々
- 炒め油..... 小さじ1

栄養価 (1人当たり)

- エネルギー 114kcal
- タンパク質 6.9g
- 脂質 3.8g
- カルシウム 50mg
- 鉄 0.4mg
- ビタミンA 473μgRE (レチノール当量)
- ビタミンB1 0.04mg
- ビタミンB2 0.04mg
- ビタミンC 11mg
- 塩分量 1.4g

作り方 (所要時間約30分)

- ① にんじんはいちょう切り、たまねぎはスライス、チンゲンサイはざく切り、もずくは洗い、長い場合はざく切りにします。
- ② 鍋に炒め油を熱し、たまねぎをよく炒め、にんじんも加えてさらに炒めます。
- ③ ②に固形スープの素・水を入れてアクをとりながら煮ます。
- ④ ③にイカ団子を加えてさらに煮て、うすくちしょうゆ・酒・塩で調味します。
- ⑤ ④にもずく・チンゲンサイを加え、煮えたらできあがり。

学校給食センター

切り取り

まちの人口

平成21年1月末現在()は前月比

人口	30,543人(+31)
男	14,932人(+16)
女	15,611人(+15)
世帯数	11,598戸(+13)

◆出生/37 ◆転入/131
◆死亡/39 ◆転出/98



広報おおづ
平成21年3月号

発行・編集 ■大津町・企画課
〒869-1292
熊本県菊池郡大津町大字大津1233番地
TEL.096(293)3111
FAX.096(293)4836

ホームページアドレス
<http://www.town.ozu.kumamoto.jp/>

携帯サイトは
こちらから



印刷 ホープ印刷株式会社

☆ あつまれ! 大津っ子 ☆



いとう しりゅう 平川
伊藤 志竜くん (3歳10カ月)



いとう しゅうま 平川
伊藤 秀馬くん (5歳9カ月)

いつもはのんとあそんで
くれてありがとう。
4さい、たのしみだね



精一/ハバ 紘子ママ

げんきでやさしい
おにいちゃん。
これからもよろしくね

あつまれ! 大津っ子 大募集中!! ■申し込み・問い合わせ 企画課 ☎(293)3118