



Miyashiro Calendar



2023

日	月	火	水	木	金	土
子育て支援センター(A:きしゃぼっぽ B:げんきっ子 C:のびのび)13p 進進館14p 陽陽だまりサロン14p 図図書館15p ぐるる15p 村新しい村18p 相無料相談18p ●ハクモクレン4p～12p、インフォメーション16p～17p				1相① ●お家でFit!(～9/30) 6p、町民まつり出演・ 出店募集11p	2③ 陽ポッチャdeかるた	3<スポーツ教室
4村森のコンサート	5相③⑬ ●野菜レシピフォトコ ンテスト(～7/31)9p	6相③ ●害虫駆除①(予備 日8日)4p	7相②④⑤⑩⑬ ●害虫駆除②(予備 日9日)4p	8相①⑫	9相③ ●児童手当・特給付17p 陽ほっとカフェ 図ライブラリーシアター	10図紙芝居と折り紙 村生産者土曜日、お米の特売日 <アクアビクス
11●マイナンバーカード受取 (要予約)16p 村お米の特売日、森のコンサート	12相③⑦⑬ 子A3歳児教室	13相③⑧ ●シルバー入会説 明会8p 子B園庭開放	14相②④⑤⑬ 子A1歳児教室、 Bげんきっ子の日 図すいようえほん の会	15相① ●Jアラート16p 子A子育てサロン 赤ちゃんの日、B赤 ちゃんげんきっ子	16相③ 子Cバレーンあそび	17●ホテルのタベ4p、わたし ごと万博9p、大人のスポーツ フィールド10p 図おはなし会 子Aパペット&マジック 陽劇団みんなのはらっぱ、きっ さこキッズ <スポーツ教室
18●ホテルのタベ4p、生き物 観察11p 子A工作教室 図ナクソス音楽会 村森のコンサート、じゃがいも 掘り、ラベンダー蒸留会	19相③⑨⑬ 子B絵本の日	20相③ ●ファミサポ12p 子Aベビーマッサージ、 Bカラーセラピー、 C防犯指導教室 陽折紙タイム 村森のコンサート	21相②④⑤⑬ 陽布ぞうり作り	22相① 子A親子歯磨き 陽スクエアステップ <アクアビクス	23相③ ●男女共同参画パ ネル展(～7/7)17p 子A6月のお誕生日 会、Cプロペラ作り	24子Aまこも馬づくり 進利用者懇親会 陽こけ玉作り、リコーダー 図おはなし会、子ども映画会 <スポーツ教室 村森のコンサート、西口サービスデー、 お米の特売日、大収穫祭&マーケット
25●マイナンバーカード受取 (要予約)16p 図マネー講座 図にちようえほんの会 村絵本講座、お米の特売日	26相③⑬ ●知っ得けんこう 講習6p 子A親と子の絵本の 日、Bげんきっ子の日	27相③⑧ ●ファミサポ12p 子A2歳児教室、 B園庭開放、C食育 ランチタイム	28相②⑬ 子A1歳児教室	29相①	30納期限 相③ 子Cお誕生日カード	7/1子A親子教室 図童話と絵本の会 村婚活ツじゃがいも掘り
2村押し花体験	3相③⑬ 子A3歳児教室、 B手形をとろう、 Cキッズ広場	4相③ 子B園庭開放	5相②④⑤⑩⑬ ●わなげ大会10p 子A1歳児教室	6相①	7相③ 子A手形でポン、 C身体測定、手形 陽ポッチャdeかるた	8村虫除けスプレー作り

今月の納期限 **6/30(金)**

町県民税

1期

介護保険料

2期



〈記事ID 8227〉

納付は 便利な **口座振替・スマホ決済等** で

今月の漏水修理当番

問 上下水道事務所 33・5554
(休日は宮東配水場 32・0460)

小河原設備	33・0391	6/1～3
岩崎設備	35・0088	6/4～10
高田工業所	32・8800	6/11～17
優輝設備	33・5508	6/18～24
セキ住設工業	32・3161	6/25～30

修理は原則有償

防災行政無線の内容を確認できます！

ミヤシロオーツ

問 フリーダイヤル 0120・384602

防災行政無線が聞き取りにくい場合、フリーダイヤルで内容確認ができます。回線は5回線ありますが、混雑時には少し待ってからご確認ください。

一戸一灯運動のお願い

問 危機管理担当 34・1111 内線 279

夜間、家庭や会社の門灯や玄関灯を点灯させ街全体を明るくすることで犯罪の発生しにくい環境をつくる「一戸一灯運動」にご協力をお願いします。

埼玉県救急電話相談と医療機関案内

■相談時間 毎日24時間

■電話番号 番7119

つながらない場合は 048・824・4199

※従来と同様の番号からも電話をかけられます。
「小児救急電話相談」番8000及び048・833・7911

火災救急統計速報 令和5年4月

■火災件数	0 (8)	建物火災	0 (4)
		車両火災	0 (0)
		その他の火災	0 (4)
■救急件数	149 (612)	急病	111 (461)
		交通事故	3 (23)
		その他	35 (128)

※()内は令和5年1月からの累計

▼埼玉東部消防組合 宮代消防署 34・0119

▼火災情報ガイド 21・9999

(火災・救急・救助の通報は119番)

6月は食育月間 できることから始めよう

問 保健センター 32・1122



食育チェック！お家で実践してみよう

- ▶家族と楽しく食卓を囲もう
- ▶1日3食きちんと食べて、生活リズムを整えよう
- ▶「早寝、早起き、朝ごはん」を実践しよう
- ▶地元のおいしい食材や料理を取り入れてみよう
- ▶「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をしよう



親子でチャレンジ！

ささみの揚げないチーズフライ

●材料(2人分)※1人あたり124kcal、塩分0.8g

鶏ささみ	60g×2本	こしょう	適量
大葉	2枚	梅肉	小さじ1
スライスチーズ	1枚	パン粉	大さじ1と1/2
(溶けないタイプ)		油	大さじ1/2

- ① ささみは筋をとり、観音開きにする。包丁の背でたたいてしっかり伸ばす。
- ② 大葉は半分に切る。チーズは縦4等分にする。
- ③ ①にこしょうを振り、片面に梅肉を塗る。大葉、チーズの順に2切れずつ縦に並べる。ささみを半分に折り、焼く直前にパン粉をつける。
- ④ 熟したフライパンに油をひき、③を弱火で両面色よく焼く。



広告 広報みやしろは、自治会をとおして配布しているほか、駅や公共施設にも置いています。

UD FONT



広報みやしろは
再生紙を使用しています