

健康でおいしい
メニューを紹介!

ヘルスマイト おすすめレシピ



TODAY'S MENU

甘酒プリン

ingredients

材料 (2人分) ※分量は目安です

粉ゼラチン	5g	砂糖	大さじ 1
水	大さじ 2	甘酒	100ml
牛乳	100ml	しょうが汁	小さじ 1
		干しブドウ(飾り用)	2g

HOW TO MAKE 作り方

- 1 ゼラチンは水に振り入れて混ぜ、ふやかしておきます。
- 2 小鍋に牛乳と砂糖を入れ、砂糖が溶けたら、火を止めます。沸騰させないように注意してください。
- 3 ②に①のゼラチンを加えしっかり混ぜて溶かし、粗熱をとります。甘酒、しょうが汁を加えて混ぜます。

POINT

- ★レシピには干しブドウを使用していますが、甘納豆やドライフルーツ、ジャム、黒蜜等をお好みでどうぞ。
- ★甘酒の甘みを利用しているので、砂糖が少なめのヘルシーなデザートです。



今月の
ヘルスマイト
さん

エネルギー
104 kcal
塩分
0.2 g

- 4 ③をボウルに移して氷水で冷まします。少しとろりしたら、器に流し、冷蔵庫で冷やし固めます。飾りに干しブドウを散らします。

問合先 保健センター (☎ 75 - 6471)

エコリンからのお知らせ

問合先 ごみ政策課 (☎ 76 - 1187)

小牧市環境キャラクター
「エコリン」



～古紙の出し方～

「古紙・古布」の売却益は、地域美化活動に役立てていただくため区に還元しています。分別にご協力ください!



【対象】新聞・雑誌・飲料用紙パック・段ボール

- 注意点**
- 古紙は月2回の収集日に必ずそれぞれの種類ごとに縛って出してください。
※**雑がみ**は毎週収集です。上記の古紙4品目以外の紙類を、紙袋か緑袋に入れて出してください。
 - 飲料用紙パックは、水でさっと洗い乾燥させてから縛ってください。

資源の持ち去りが多発しています!



ごみ集積場に出された資源は市に所有権が帰属し、これらを許可なく持ち去ることは**違法行為**です。

資源を持ち去る人を発見しましたら、危険なので声掛けなどはせずに、下記の情報を確認し、ごみ政策課までご連絡ください。ご協力をお願いします。

確認事項

- ・持ち去りの日時、ごみ集積場の場所
- ・車両情報 (車種、車体の色、ナンバー)
- ・持ち去られた資源の種類
- ・持ち去る人の風貌 (性別、年齢、背格好など)

11/28 毎年の寄贈、ありがとうございます



市役所にて、「第 38 回小牧市民駅伝競走大会（12 月 8 日実施）」のナンバーカード（ゼッケン）が、尾張中央農業協同組合代表理事組合長の長谷川 浩敏様より寄贈されました。

11/30 安全・安心な地域の実現を



ふらっとみなみで、防災講習会が行われ、住民約 60 人が参加しました。

今年の防災講習会では、参加者が地図とチェックポイントを確認しながら風水害時の避難所であるふらっとみなみまでの避難ルートを歩く「防災さんぽ」と、避難生活に必要な知識などを体験しながら学ぶ「避難所体験」の 2 部制で開催されました。

Photo News



11/25

第 47 回バトントワーリング全国大会
出場者へ激励費が支給されました



市役所にて、「第 47 回バトントワーリング全国大会（12 月 7～8 日実施）」に出場した至学館高等学校バトントワーリング部 2 年の藤原 桜羽（ふじわら さわ）さんが中川教育長を訪問しました

こまきクリップ

市民の皆さんからの身近な話題を紹介するコーナーです☆
皆さんの身の回りで起きた出来事や日常を広報こまきに掲載します。
テーマは自由！おたよりお待ちしております。

実りの^{つぎき}接木

実りの秋、孫が大喜びで収穫したミカン。なんと、一本の木にレモン、夏ミカン、スダチ、デコポン、ミカンが同居、2 年後にはキンカン、甘夏ミカンも仲間入り。接木に感謝、そして楽しませてくれてありがとう。
エスさん（桃ヶ丘）



摂食障害への正しい 知識・認識・理解を！

自身の摂食障害経験が生かされたらと、個人で当事者サポートや予防啓発活動を行うのち、共感や理解をしてくださる方が集まり、2019 年 11 月に市民活動団体として新たなスタートを切ることができました。摂食障害克服や予防には正しい知識・認識を持つ周りの理解が必要不可欠です！**摂食障害よりみちさん**



おたより募集！！ 身近な話題などをお寄せください。市内の風景写真や、地域のイベント、学校行事の話題なども大歓迎！

おたより方法：メールまたは封書にて。メッセージやエピソードとあわせて、氏名（ペンネーム可）と連絡先を記入してください。メールの場合は題名に「こまきクリップ」と記載してください。写真データは 5MB 以下限定。文章は紙面の都合上、調整させていただくことがあります。

※コーナーの特性上、行政への要望や個人を誹謗・中傷するもの、勧誘や営業行為にあたる内容は掲載できません。

いただいたおたよりは、広報広聴課で選定の上、掲載します。全てのおたよりが掲載されるわけではありません。

※応募いただいた写真、写真データ等は返却しませんので、ご了承ください。

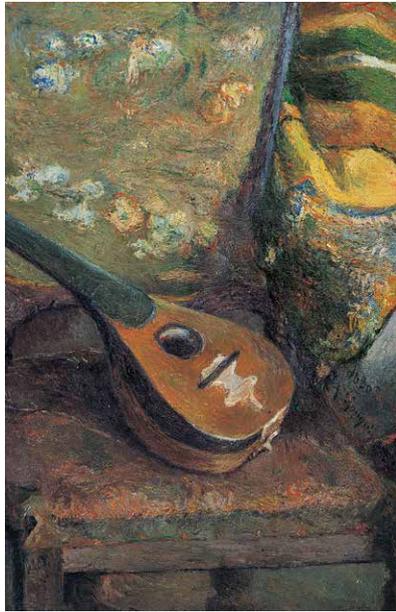
送付先 【メール】 koho@city.komaki.aichi.jp 【封書】 〒485 - 8650 住所不要 広報広聴課まで



所蔵企画展 額縁のむこうの音楽 そこにはどんな音が聴こえるのか？

期 間：1月2日(木)～3月8日(日) ※2月3日(月)に一部展示替を行います。

休館日：月曜日（ただし1月13日、2月24日は開館）、1月14日・2月25日(火)



ポール・ゴーギャン 《椅子の上》

初公開コレクション

ポール・ゴーギャン 《椅子の上》

制作年：1880年 形質：油彩、カンヴァス

サイズ：47.3×31.2 cm

後のタヒチ滞在にも持参し、ゴーギャンが心の支えにしたというマンドリンを描いた本作。この時、ゴーギャンは、まだパリで働きながら絵を描いていましたが、右上に描かれたオレンジや黄、緑の縞模様の布をはじめ、画面の暖かな色合いには、画家が幼少期を過ごした南米ペルーや後に訪れることとなるタヒチといった異国の趣をすでにうかがい見ることができます。

ゴーギャンの初期作は、印象派、特にその代表であるドガに強い影響を受けています。ドガもゴーギャンの作品を何点が購入するなどして、画家としての活動を支えました。本作は、ドガが初めて所有したゴーギャンの作品です。



メナード美術館 アートイベント



詳細はメナード
美術館ホーム
ページをご覧ください！

◆ギャラリー・コンサート

「ゴーギャンが愛したマンドリン」

日時：2月1日(土) 午後5時45分～6時30分

出演：佐々木敏氏（名古屋音楽大学非常勤講師／マンドリン奏者）

鑑賞券：1,500円（入館券含む）

会場：メナード美術館 展示室

申込方法：☎ 75-5787、FAX 77-0626、✉ museum@menard.co.jp または直接メナード美術館（先着60人）

※未就学児の入場はご遠慮ください。

◆学芸員によるギャラリー・トーク

展示会テーマや作品について、各回内容を変えて解説します。

会場：メナード美術館 展示室 ※申込不要・当日の入館券が必要
「画家たちの愛した音楽」

当館学芸員が作品解説をします。

日時：1月11日(土) 午後2時～（約20分）

「クロストーク 美術×音楽」

ゲストに名古屋音楽大学特任講師の山口真季子氏をお迎えし、当館学芸員と音楽の視点を交えて対話形式のトークを行います。

日時：1月25日(土)、2月23日(日・祝) 午後2時～（約30分）

◆楽器の音をきいてみよう！

名古屋音楽大学の学生さんに展示室で楽器の紹介をしていただきます。

日時：2月9日(日)・22日(土)・24日(月・休)・29日(土) 各日午後2回（各回約15分）

会場：メナード美術館 展示室 ※申込不要・会期中の入館券が必要。

メナード美術館 DATA

▶開館時間 午前10時～午後5時（入館は4時30分まで）

▶休館日 月曜日

▶入館料 一般900円（700円）高大生600円（500円）小中生300円（250円）※（ ）内は20人以上の団体料金

▶ところ 〒485-0041 小牧5-250

▶問合せ先 ☎ 75-5787

▶URL <https://museum.menard.co.jp>