

ヘルスメイトの おしゃべりコーナー

■ホットケーキミックスは小麦粉をベースにして、砂糖、ぶどう糖、植

物油脂、食塩、水あめ、ベーキングパウダー、香料などが含まれており、手軽にお菓子作りができる食材です。

■カップケーキやパウンドケーキ、アメリカンドッグなど簡単に作る
ことができ、あんこやクリームの他に野菜や果物など合わせる物によ
ってはおやつにも食事代わりにもなります。ただ、粉自体に甘み
があるので注意してください。



◎簡単パイナップルケーキ

材料 (8人分)

パイナップルの缶詰(輪切り)	4枚
ホットケーキミックス	150g
卵(M寸)	1個
牛乳	50ml
砂糖	小さじ1
バター(生地用)	10g
バター(焼く用)	5g

作り方

- ①軽く水分を取ったパイナップルを、くし形になるよう半分に切る。
- ②ボウルに卵をときほぐし、牛乳、砂糖、ホットケーキミックスを加えて泡立て器で混ぜる。
- ③バター(10g)を電子レンジで20秒程度加熱して溶かし、②に加えて混ぜる。
- ④フライパンを温め、バター(5g)を溶かして①を放射線状に並べ、その上から全体に③の生地を入れ、ふたをして、弱火で15分程度様子を見ながら焼く。
- ⑤生地が膨らんで、プツプツと穴が空いてきたら裏返して5分程度焼き、竹串など刺して何も付いてこなければ出来上がり。

1本分の 栄養価	エネルギー	54kcal	脂質	0.1g
	たんぱく質	2.5g	鉄	0.3mg
	カルシウム	31mg	塩分	0.3g

問い合わせ先…大豊町食生活改善推進協議会
(住民課健康づくり班内)

教 育委員会だより

全校児童69人、教職員20人で新しい学校の歴史がスタートしました。子どもたち一人ひとりの個性を尊重しながら全教職員が愛情を持った教育活動を推進していきます。1年間よろしくお願いたします！



おとよ小学校スタート!

前列左から 吉村雅充先生 高橋雅兄教頭先生 高石敦校長先生
 中列左から 武田崇子学力向上監 三谷美貴用務員 岡林加代子先生 森和美先生 西村三知先生 筒井直子先生 中平亜紀先生
 後列左から 竹政三世子学校栄養職員 宮川友利子支援員 赤松元子支援員 但馬秀先生 津田誠先生 吉永聡美支援員
 間島貴矢先生 藤原恵子事務職員 朝倉奈穂養護教諭 田上雅哉先生

大豊町中学校新赴任教職員紹介

この春、新しく大豊町中学校に来られた教職員の方を紹介します。保護者や地域の皆さまのご支援とご協力をお願いします。



谷中 豊 教頭先生

学校の下を流れる穴内川や山々の景色の美しさに感動しています。この美しい自然の中で育った生徒たちに“夢と志”を育てる指導を心がけて取り組んでいきます。



田中 稔 先生

毎日部活動に取り組んでいる生徒から、気持ちよいあいさつをしてもらいうれしく思いました。生徒たちの力を付けるために全力で取り組んでいきます。



兵頭聖二郎 先生

大豊町では初めての勤務になりますが、生徒たちの頑張りを全力でサポートさせていただきます。



濱田 奈美 先生

10年ぶりに大豊町に帰ってきました。教えることの楽しさや、子どもたちから学ぶ素晴らしさを教えてくれた大豊の地で、再び勤務できることを嬉しく思います。



細川あずさ 先生

自然に囲まれた大豊町でたくさんの経験をしたいと思います。子どもたちと共に学び、共に成長できることを楽しみにしています。



川田 亨成 先生

今年度、半年間講師としてお世話になることになりました。大豊町は初めてですが、子どもたちと楽しく元気に過ごしていきたいと思っています。



武井 朝子 支援員

生徒さんの学習意欲が高まるよう、楽しく分かる学習支援を全力でサポートしていきたいと思っています。



本山 賀代 家庭サポート支援員

大切なお子さまたち、ご家庭の方々の支援が微力ながらできればとお受けしました。気軽にお声をかけてください。

交通安全ニュース

GW 観光シーズン到来

気候もよくなり、お出かけが増える時季。長時間の運転疲労や、陽気のせいでの眠気を感じることも多く、事故の危険性が高くなります。長距離のお出かけの際は、必ず休憩をとり無理のない運転で事故を防いでください。

また、春の農繁期、作業に向かう、いつも通り慣れている道でも、油断しない、横着しない運転を心掛けてください。

特に、普段と体調が違ふと感じる時は、絶対に無理をせず、運転を控えることをお願いします。

ちょっと待って、シートベルトは?



観光シーズンは、車の通行量が多くなり、事故の発生も心配です。自分が事故を起こさなくても、もらい事故も考えられます。車に乗ったら、全席シートベルトを着用することを忘れずに!

高知東警察署本山警察庁舎
 高齢者交通安全アドバイザー 上池
 ☎ (0887) 76-0110

65歳以上の方!! ご存じですか?

『受講特典講習』

高齢者の交通事故防止のために、講話を聞く機会を増やしてもらおうという目的で、特典付き講習を実施しています。

地域の集まりや、近所の仲良しグループなど、どのような集まりでも、こちらから出向いて教室をさせていただきます。お気軽にご連絡ください。



【協賛店】
 サニーマート
 サンシャイン
 エースワン
 サンプラザ



←受講するともらえる
 修了証(有効期限1年)。毎月20日(県民交通安全の日)に1,050円以上のお買い物をして、修了証と各量販店のポイントカードの提示で、ポイントが通常の3倍付加されます。

1年たったら、また受講して修了証をもらいましょう!