



空き家問題 相談会 要予約

日程 2月18日㊈ 3月11日㊈
※毎月第2水曜開催
場所 市役所新館1階第5会議室
時間 13時～16時
予約 電話またはLINE



材料(4人分)

- ・ゴボウ ······ 60 g (Mサイズ1/2本)
- ・キュウリ ······ 100 g (Mサイズ1本)
- ・ニンジン ······ 30 g (Mサイズ1/5本)
- ・ツナ ······ 15 g
- ・アーモンド ······ 25 g
- マヨネーズ ····· 大さじ2
- 酢 ····· 小さじ1.5
- うすくちしょうゆ ··· 小さじ1
- 砂糖 ····· 小さじ1.5
- 塩こしょう ····· 少々

作り方

- ① ゴボウはささがきにして水にさらし、程よい固さにゆで、水で冷やし軽く絞る
- ② キュウリは輪切りにして塩もみし、軽く絞る
- ③ ニンジンは千切りにし、さつとゆでて水で冷やし、軽く絞る
- ④ アーモンドは小さく刻み、フライパンで乾煎りし、冷ます
- ⑤ ツナは油を切っておく
- ⑥ ①～⑤と★を合わせ、塩こしょうで味を調える



ゴボウとナットのかみかみあえ

今回は1月8日に提供した、食物繊維が豊富なゴボウとアーモンドのサラダを紹介します。よく噛むことで食べ過ぎを防いだり、虫歯予防や集中力アップが期待できます。



給食センターから こんにちは

不知火美術館・図書館
SHIRANUHI ART MUSEUM & LIBRARY2 CALENDAR
FEB.

展示名	日程
令和7年度宇城中学校工作展	17日㊈～23日㊉
お二人の幸せを撮らせて下さい Let me capture your happiness	17日㊈～23日㊉
興梠 優護 公開制作	28日㊊～3月1日㊋

イベント名	日程
【予約】筆ペンアート体験ワークショップ	7日㊉
【予約】季節に合わせて体を整えるヨガ	9日㊉
【予約】ベビーリトミック	10日㊉
【予約】ベビーマッサージで わが子のからだを知ってみよう	12日㊈
【予約】【豊野分館】絵手紙で遊ぼう	14日㊉
【予約】マグフォーマーで 「のりもの」をつくってみよう！	16日㊉
【予約】大人のための絵本セラピー	17日㊉
【予約】はじめてのデッサン会	19日㊈、27日㊉
【予約】不知火シアター「ものすごくうる さくて、ありえないほど近い」	20日㊉
【予約】英語多読の時間	21日㊉
【予約】夜の図書館でヨガ教室	26日㊉
【予約】読書会 短歌・俳句	27日㊉
【予約】ミモザで春のリースづくり	3月4日㊈

※詳細はホームページをご確認ください。

今月の移動図書館 スケジュール

3日	10:00	松橋保育園	5日	10:00	まがの保育園
㊈	14:30	古氷団地	19日	10:00	まがの保育園
17日	15:50	青海保育園	12日	14:00	イオンモール宇城
10日	10:00	豊川保育園	26日	15:30	大空保育園
24日	15:30	南豊崎復興住宅	6日	10:00	河江保育園
4日	14:30	愛話園	20日	14:30	JA海東出張所
18日	10:00	ひまわり保育園	13日	14:20	豊福公民館
㊈	14:00	老人ホームきらら	27日	14:50	両仲間団地
25日	14:00	豊野保育園	15:25	街なか図書館(濱まち)	㊉・㊊・㊋・㊌は運休

不知火美術館・図書館

[図書館] 32-6211 [美術館] 32-6222
開館時間 両館とも年中無休

[図書館] 9時～21時
[美術館] 9時～18時 ※㊉のみ21時まで



市立図書館分館

[三角分館] 32-1849
[豊野分館] 45-3205
開館時間 10時～18時 (団休館/㊉の場合翌日)
※小川分館は現在休館中です

PICK UP 1.

2.3㊈～2.15㊉

9:00～18:00 (㊉は21:00まで)
マナブ間部記念 宇城市児童・生徒絵画作品展



宇城市出身の画家・マナブ間部の画業を
顕彰し、児童生徒の豊かな感性の育成を目
指した絵画コンクール。市内の小・中学生
の入選・入賞作品を展示します。

場所 展示室

PICK UP 2.

3.14㊉

11:00～15:00 Plants & Fashion FESTA

「緑とファッションが織りなす、心地よいスタイル」をテーマに植物と春のトレンドを取り入れたアイテムが集まるマルシェを開催。

おすすめ本

まほうの絵本屋さん 月夜のチョッコラータ

街角に流れるバイオリンのメロディーに誘われて、
小さな扉を開けると、そこ
は、まほうの絵本屋さん。
甘くて少し苦い、なめらかな
チョッコラータのような
絵本に出会います。けれど、
どんなに楽しい物語にも必ず
終わりがやってきて...。
この季節におすすめの一冊。



小手鞠るい(著)
松倉香子(絵)
出版ワークス
2025年11月