



菊陽町は合併から70周年を迎えます

祝 菊陽町 二十歳の成人式



今月の
主な話題

- 2-3 令和8年 菊陽町二十歳の成人式
- 4-7 豊かな地下水を未来へ
- 9 物価高騰対策地域振興券事業 利用できる店舗を募集します
- 12-13 令和7年分 住民税申告・確定申告
- 14 「おくやみ手続きナビ」開始

学生
さん



尚綱大学生生活科学部4年

いわせ

岩瀬 あゆみさん(左)

ひがくれ ほのか

日隠 歩香さん(右)

にんじんをすりおろすこと
で甘みがでて、にんじんが
苦手なお子さんでも食べやす
くなるので、ぜひ試してみ
てください！

冬にぴったり！ すりおろしにんじんグラタン

【材 料】(2人分)

〈1人分 442kcal 塩分1.8g〉

にんじん 1 本
ブロッコリー 40 g
玉ねぎ 2分の1 個
鶏ささみ 100 g
有塩バター 20 g
薄力粉 大さじ2
牛乳 200cc
コンソメ顆粒 小さじ1
塩 1.8 g
ピザ用チーズ 60 g



← 過去のレシピはこちら



Carrot

私のにんじんは、阿蘇から流れて
くるきれいな水と火山灰を含んだ
栄養たっぷりの土から作るため、
とてもおいしくなります。にんじん
ケーキや野菜炒めなどにすると
栄養も摂取でき、とてもおいしい
のでぜひ試してみてください。



農家
さん

にんじん農家 うえだ こうた
上田 晃太さん(柳水)



「恋する野菜」コーナーに関するアンケートにご協力をお願いします。
←QRコードを読み込み、回答をお願いします。(尚綱大学生生活科学部)

今月の表紙



二十歳の成人式では、
きれいな振袖やしっ
かりとしたスーツに
身を包み、再会した
友人たちと笑顔で話
す姿が見られました。

まだまだ本格的な寒さが続い
ていますね。朝は震えながら身
支度を済ませて、なんとか出勤
する日々を送っています。特に
寒かったのが1月11日の成人式。
風が強く、雪も降ってきたため
とても寒く、カメラを持ってい
る手が震えてブレブレになっ
ている写真が何枚かフォルダの中
に収まっています。
こんなに寒い冬なら、外出な
どの予定をなにもつくらずに室
内でゆっくり過ごすのも、1つ
の楽しみ方かもしれませんね。

(橋元)

編集
後記