



公民館 3 階図書室 10～18 時（毎週月曜・4 月 26 日（木）休館）



私はあなたの記憶のなかに

角田光代



完パケ!

額賀澤



ソードアート・オンライン
プログレッシブ 5

川原礫



消滅遺産



絵本館 10～18 時（毎週水曜・4 月 24 日（火）休館）



めくってわかる!
ひとのからだ

クライブ・ギフォード



うし

内田麟太郎



10歳までに読みたい日本名作
東海道中膝栗毛

十返舎一九



クマ大図鑑

小池伸介

／ 今日は何を食べよう? ／

巣ごもりトースト

●材料（1人分）

食パン1枚、バター少量、キャベツの千切り適量、マヨネーズ適量、卵1個、黒こしょう（お好みで）



1人分 エネルギー 312kcal
塩 分 1.2g

●作り方

- ①食パンにバターを薄く塗る。パンの端にはマヨネーズを塗り、キャベツを置く
- ②真ん中に卵を落とし、トースターで5～6分焼く
- ③お好みで黒こしょうをかける

新生活は朝食をとることからはじめてみよう

春から新生活を始めた方も多いと思います。慣れない環境で生活するのはとても大変です。まずは朝食をとる習慣を身につけて、1日を元気にスタートさせましょう。朝食をとることで、「体温を上昇させ目が覚める」「脳に栄養が行くので仕事や勉強の効率が上がる」「排便習慣がつく」「生活リズムが整う」などのメリットがあります。

朝食をとる習慣がなければ、ヨーグルトや果物などでもよいので、何か口に入れることから始めてみましょう。そして、食べることに慣れてきたらおにぎりやサンドイッチなど献立を広げてほしいです。

栄養士 岩井麻未



▲町長杯小学生GS大会にて

今冬は、4年ぶりに雪の多い年となり、除雪に大変ご苦労されたことと思います。

さて2019年に日本で開催される20カ国・地域首脳会合に伴う閣僚会議の誘致を進めており、併せて、通年観光に向けた閑散期対策とMICE推進による経済効果をめざし、国際会議場の建設公募を行っていましたが、業者辞退により建設中止となり、町民の皆さまにご心配、ご不安を与えることとなり、心からお詫び申し上げます。

このことを踏まえ、3月定例会において私、議会双方で引責し、今一度、慎重かつ確実に行政運営に努めて参る所存でありますのでよろしくお願い申し上げます。

平昌冬季五輪・パラリンピックが盛会のうちに終了しましたが、倶知安町では未来の選手となりえるスキー少年団員が、アルペンやクロスカントリーの町長杯に参加し、今シーズン鍛えた力を十分発揮され、立派な成績を収めていました。将来が楽しみです。

4月は、春の交通安全運動が実施されます。真新しいランドセルを背負った新一年生や通園中の新入園児の安全を地域ぐるみで守るとともに、私たち一人一人がしっかりと交通安全に努めましょう。

西江栄二