

TOPIC
03

地域公共交通に関する「住民懇談会」

次期東郷町地域公共交通計画の策定に向けて、巡回バスを始めとした町内の公共交通に対する生の声を把握するために、住民懇談会を開催します。日常の移動に関するご意見やご要望をお持ちの人は、ぜひご参加ください。

内 容 グループワークによる公共交通に関する意見交換

申し込み 次のいずれかでお申し込みください。

- ①WEBフォーム
- ②申込書 (FAX 0561-38-0001、✉tgo-kotsu@town.aichi-togo.lg.jp または窓口へ提出)
- ③電話 (☎0561-56-0716)

そ の 他 参加できない人を対象にオンライン意見募集をしています。町ホームページをご確認ください。

会場・開催日時

対象地区	会場	開催日時	申込期日
御岳	御岳コミュニティセンター	10月 1日(水) 13:30～	受付終了
春木台	春木台コミュニティセンター	10月 9日(木) 13:30～	10月 2日(木)
和合	和合公民館	10月10日(金) 9:30～	10月 3日(金)
白土・西白土	白土コミュニティセンター	10月16日(木) 9:30～	10月 9日(木)
傍示本	傍示本公民館	10月17日(金) 13:30～	10月10日(金)
北山台	北山台コミュニティセンター	10月20日(月) 9:30～	10月14日(火)
白鳥・押草団地	白鳥コミュニティセンター	10月22日(水) 13:30～	10月15日(水)
全地区	町民会館2階大会議室	11月 2日(日) 13:30～	10月27日(月)

※10月以降の開催日のみ掲載しています。



詳しくは、
二次元コードを
読み取り、
町ホームページを
ご確認ください。

問い合わせ 公共交通対策室/☎0561-56-0716 (ID:12739)



レシピは
こちらからも
ご覧いただけます

地域活動栄養士会 とにとクラブ が提案する



材料 (2人分)

- ・ほうれん草……………1束
- ・玉ねぎ……………100g
- ・しめじ……………50g
- ・ウインナー……………50g
- ・鶏卵……………100g
- ・オリーブ油……………2g
- ・塩……………1g
- ・こしょう……………少々
- ・ピザ用チーズ……………30g

POINT!

ほうれん草に含まれるβ-カロテンは、油と一緒に取ることで吸収率がアップします。
卵とチーズを加えることで、たんぱく質やカルシウムなどの栄養価もアップし、コクが出て食べやすくなります。

栄養成分表示(1食分)

エネルギー	250kcal
たんぱく質	15.5g
脂質	18.5g
カルシウム	177mg

楽しく 健康レシピ

recipe

ほうれん草の フワフワ卵とじ



作り方

- ほうれん草はさっとゆでて流水ですすぎ、えぐみをとって、5cmの長さに切る。玉ねぎは粗みじん切り、しめじは小房に分け、ウインナーはスライスし、鶏卵は割りほぐす。
- フライパンにオリーブ油を引き、玉ねぎ、しめじ、ウインナーを炒める。しんなりしたらゆでたほうれん草を加えて軽く炒める。
- 溶いた卵を加え、卵に火が通ったらピザ用チーズを加え、最後に塩こしょうで味を整える。