



今月の主な話題

- 2 フォトリポート！
青空の下で、体育大会・運動会を開催
- 6 地域おこし協力隊隊員に任命しました！
- 9 ご確認を 特別給付金があります
- 12-13 後期高齢者医療制度の窓口負担割合の見直し
- 19 菊陽町夏まつりを中止します

広報きくよう7月号に掲載している行事や催しは新型コロナウイルス感染症の影響で延期や中止の場合があります。参加の際は、各問い合わせ先にご確認ください。

町の新型コロナウイルス感染症に関する最新情報はこちら➡



農家×学生

農家さんが愛情込めて育てた野菜×尚綱大学生活科学部の学生考案レシピを紹介します。



皮いらす！ ピーマンシューマイ

【材料】(4人分)
〈1人分 184kcal 塩分1.9g〉

- | | |
|--------------|---------------|
| ●ピーマン(中)… 8個 | 調味料 |
| ●小麦粉…… 小さじ2 | ●塩・こしょう…少々 |
| ●豚ひき肉…… 160g | ●酒……………小さじ2 |
| ●玉ねぎ……… 100g | ●しょうが…ひとかけ |
| ●にんじん……40g | たれ |
| ●ごぼう………20g | ●しょうゆ…大さじ3 |
| ●片栗粉……… 大さじ1 | ●酢……………大さじ2 |
| ●コーン………32粒 | ●ごま油…大さじ1/2 |
| | ●ごま……… 小さじ1/2 |

作り方

- 1 ピーマンのヘタと種を取り、横半分に切る。
- 2 ①に小麦粉をまぶす。
- 3 玉ねぎ、にんじん、ごぼうをみじん切りにする。
- 4 豚ひき肉、③の野菜、調味料、片栗粉をよく混ぜる。
- 5 ②に④を詰め、中央にコーンを2粒のせる。
- 6 ⑤を皿に並べ、蒸し器に入れて強火で7分程蒸す。
- 7 竹串などで肉を刺して、穴から透明な肉汁が出たら火を止める。
- 8 お皿に盛り付け、たれをつけていただく。



学生



尚綱大学 生活科学部4年
こうやま みほ
神山 未歩さん(左)
いしだ あず
石田 彩純さん(中央)
あらまき りな
荒巻 璃奈さん(右)

輪切りにしたピーマンにシューマイの種を詰め込みました。コーンも飾って、見た目もかわいくなりました。ピーマンが苦手なお子様もおかわりしたくなるおいしさです。

さん彩に野菜を出荷しています。今育てているエースという品種のピーマンは、丸っこい形をしているのが特徴です。また、肉厚なピーマンですので、今月のレシピのようにお肉を詰め込んだりする料理などと相性が非常に良いですね。



米・ピーマン・にんじん農家
みやはら こ
宮原 すま子さん(鉄砲小路)

農家

過去のレシピはこちら

編集後記

今月号の巻頭カラーは小中学生の運動会と体育大会のフォトリポートです。照り付ける太陽の下、全力で競技に挑む小中学生の皆さんに元気をもらいました。いくつかの学校では2年ぶりに保護者が直接観覧できました。少しずつアフターコロナの未来に近づいて行っているのを実感します。さて、今年度の小学校の運動会は同日開催だったため、体が足りず学校の先生方の提供や、課員の皆さんの協力で何とかお届けできました。ありがとうございました。秋口開催予定の武蔵ヶ丘北小学校の運動会も取材に伺うのが楽しみです。

(新屋)

