

将来の夢は？
どんな大人になりたい？



今月の主な話題

2 特集 素敵な大人になるために

- 4 平成29年度保育所入所申し込みを受け付けます
- 6 平成28年熊本地震 皆さまの善意 大切にさせていただきます
- 8 自主防災組織を設立しませんか
- 10 インフルエンザの予防接種を実施します

農家×学生

恋する野菜②



農家さんが愛情込めて育てた野菜×尚綱大学栄養科学科の学生考案レシピを紹介します。

食物繊維たっぷり ごぼうキッシュ

【材料】(4人分)

ごぼう	50 g
まいたけ	40 g
ベーコン	20 g
乾燥ひじき	4 g
枝豆(皮付き)	40 g
サラダ油	小さじ1
濃い口しょうゆ	大さじ1
鶏卵	1個
生クリーム	100 g
ピザ用チーズ	30 g
パイシート	120 g (1枚)
サラダ油	少々

【作り方】

- ① 温めたフライパンにサラダ油をひく。ささがきして酢水につけたごぼう、一口大にほぐしたまいたけ、1 cmの幅に切ったベーコン、水につけておいたひじき、皮をむいた枝豆を3～5分程度炒め、濃い口しょうゆを加え、さらに炒める。
- ② ①をボールに移して粗熱をとる。
- ③ 型に少量の油を塗り、薄く伸ばしたパイシートを入れておく。その型に②を入れ、ピザ用チーズを上からかける。
- ④ 卵と生クリームを混ぜ合わせる。
- ⑤ ③に④をまんべんなく全体に回しかける。
- ⑥ 180℃で予熱をしておいたオーブンで焼く(180℃、30分間)。
- ⑦ 常温で冷ました後、型から取り出す。4等分に切り分ける。



水田ごぼう農家 西本 穂積さん

とてもおしゃれなレシピで驚きました。水田ごぼうは柔らかいのが特徴で、意外と糖度が高く、部位で食感も違います。いろんな料理をして楽しんでもらえるとうれしいです。



食物繊維がたくさん含まれています。みんなでシェアして食べられます♪



いちぐち あきこ
一口 亜紀子さん
尚綱大学
栄養科学科4年

表紙の写真



菊陽中学校の渡り廊下で将来の夢やどんな大人になりたいかを掲げる生徒たち。全校生徒は9月9日、校内ハローワークで働く大人から仕事内容や経歴などを学びました。将来について考えるいい機会になったようです(関連P 2・3)。

編集後記

菊陽中学校の生徒を取材しました。この時期に多くの大人と触れ合える教育は、幅広い視野を持てますね。大人になっても役に立つ勉強だと思いました。私も先日、横浜であった広報の自主勉強会へ行ってきました。全国から集まった約60人から刺激と元気をもらいました。まちのために奮闘している皆さんはとても熱かった！私の今の目標は広報がまちと皆さんをつなぎ、頑張る皆さんを応援する「まちと皆さんの応援団」になること。そして人やコトに新しく出会うきっかけになるといいなと思っています。(上野)

ぼくの誕生日 10月

こうのとりの保育園



さかもと かほ
坂本 果穂さん
(光の森6町内)
平成22年10月19日生まれ

体を動かすことが得意な果穂さん。竹馬の練習を毎日頑張っています。乗れるようになる日が楽しみです。



さかもと あゆ
坂本 明優さん
(光の森6町内)
平成22年10月19日生まれ

きれい好きな明優さん。遊んだ後おもちゃを棚に並べたり、給食の後に机をピカピカに拭いてくれたりします。

人 のうごき
平成28年8月末現在
()内は前月比

人口	40,692 (+60)
男	19,883 (+20)
女	20,809 (+40)
世帯数	16,329 (+26)

●出生／49 ●死亡／22
●転入／206 ●転出／173