

発行/菊陽町 〒869-1192 熊本県菊池郡菊陽町久保田2800
☎(232) 2111(代) FAX(232) 4923
☎URL http://www.town.kikyuo.lg.jp/
編集/総合政策課 ☎(232) 2112(直通)
✉sogoseisaku@town.kikyuo.lg.jp

農家×学生 恋する野菜



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

揚げない! スコップコーンコロッケ

【材料】

(15cm程のグラタン皿1皿分)
スイートコーン 20g
むき枝豆 20g
カボチャ 200g (1/6玉)
ジャガイモ 200g (中2個)
鶏ひき肉 120g
タマネギ 120g (1/2玉)
にんじん 20g
塩コショウ 少々
サラダ油 大さじ1
パン粉 適量
パセリ 適量
ケチャップ 適量
中濃ソース 適量

【作り方】

- 1 ジャガイモ、カボチャは皮をむき、一口大に切って水からゆでる。火が通ったら湯を切って、それぞれ別の容器に移してつぶす。
- 2 タマネギ、にんじん、パセリはみじん切りにする。
- 3 フライパンで鶏ひき肉を炒める。肉の色が変わったら、タマネギとにんじんを加えてさらに炒め、塩コショウで味を調える。
- 4 ①のジャガイモとカボチャそれぞれに③とスイートコーン、むき枝豆を半量ずつ加えて混ぜ合わせる。
- 5 グラタン皿に④のジャガイモとカボチャを層になるように敷き詰め、上からパン粉をまんべんなくふりかける。
- 6 250℃に温めたオーブンでパン粉に焼き色が付くまで焼く。
- 7 仕上げにパセリとケチャップ、中濃ソースをかける。



揚げず、丸めず、お手軽コロッケをコーンと旬の野菜、枝豆とカボチャを使いヘルシーに仕上げました。



にんじん・スイートコーン農家 ^{やの たかし} 矢野 敬士さん(右)とご家族
衣をつけないので、通常のコロッケより簡単に作れると思います。
カボチャも入っているので甘くて、子どもが大好きなメニューだと思います。ぜひ家でも作ってみたいですね。

尚網大学
ヘルシー
レシピ
サークル



表紙の写真



5月14日に行われた菊陽中学校の体育大会で、保護者や地域の人たちが大きな声援を送る中、力走を見せた生徒たち。天候にも恵まれた絶好の体育大会日和。生徒たちの額には爽やかな汗がにじんでいました(関連P12)。

編集後記

昼はちょっとした作業をするだけで汗が出る日もあり、春の暖かさから夏の暑さに変化しつつありますね。かと思えば夜はちょっと肌寒かったり。寒暖の差が日によって大きく、気を抜くと体調を崩してしまいがちな時期です。取材に行った菊陽中学校の体育大会は天候に恵まれ、絶好の体育大会日和でした。中学生の元気な姿を間近で撮りつつ、少しの時間でバテバテになってしまった自分。体力不足を痛感しました。もう少し体力を付けて夏に備えたいと思います。(上田)

今月の主な話題

- 3 被災宅地復旧、耐震診断(精密診断)・耐震改修などの費用の一部を補助します
- 5 「菊陽町復興まちづくり計画」アンケート調査を実施します
- 6 風しん抗体検査・予防接種で未来の赤ちゃんを守りましょう
- 7 6月は児童手当・特例給付の現況届の提出月です
- 8 第2期菊陽町健康増進計画・食育推進計画を策定しました

ぼくの誕生日 わたしの誕生日 6月

津久礼ヶ丘保育園



おがわ あすな
小川 明日菜さん
(緑ヶ丘)
平成23年6月2日生まれ

ピアノが得意で、クラスではみんなのお姉さんの存在です。いつも周りを笑顔にしてくれる優しい女の子です。



いとう ともし
伊藤 灯士さん
(緑ヶ丘)
平成24年6月21日生まれ

いつもすてきな笑顔でみんなに優しい灯士さん。お手伝いもたくさん頑張ってくれるしっかり者です。

人 のうごき
平成29年4月末現在
()内は前月比

人口	41,036 (+152)
男	20,062 (+ 72)
女	20,974 (+ 80)
世帯数	16,630 (+130)

●出生/ 41 ●死亡/ 28
●転入/ 335 ●転出/ 196

