



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

とろーりチーズが香ばしい！ ナスとトマトのチーズ焼き

【材料】(1人分)

ナス	1/2個
トマト	1/2個
とろけるチーズ	30g
オリーブオイル	大さじ1
塩	少々
こしょう	少々

【作り方】

- ① ナスとトマトを半月切りにする。
- ② ナスをオリーブオイルで焼き、塩・こしょうを振りかける。
- ③ グラタン皿に②の焼いたナスとスライスしたトマトを交互に盛る。
- ④ ③の上にとろけるチーズをのせる。
- ⑤ オーブントースターで、チーズに焦げ目が付くまで(8分程度)焼く。

塩・こしょうはお好みで！
最後にパセリやバジルをのせるとより彩りがきれいになります！



内藤農園 内藤 郁子さん(左)、静紀さん(右) (花立)

ナスは肥料と日光、そして特に水が大切で、全てがそろわないとききれいな紫色が出ないんですよ。我が家では普段みそ煮やからしの挟み焼きにして食べています。ぜひ菊陽のみずみずしいナスを食べてみてください。



池上 絢さん
尚絅大学
生活科学部4年

表紙の写真



菊陽町夏まつりの出店で、涼しげな浴衣に身を包みヨーヨー釣りを楽しむ女の子。この日は台風5号の影響で開催が危ぶまれましたが、無事開催することができ、会場は約2万1千人の来場者で大いに賑わいました(関連P2-3)。

編集後記

今月は担当になって初めての特集ということで、郷土料理に関する記事を掲載しています。郷土料理講習会にお邪魔したときに、あんもちだご汁を試食させていただきましたが、とてもおいしく、素朴でどこか懐かしい味にほっとした気持ちになりました。日々の食事を手軽な買い食い済ませてしまうことが多い今日この頃。私は好きなものばかり買ってしまいがちなので、もっと栄養バランスを考えた食事を取らないといけないな、と自分を戒める機会にもなりました。(上田)

今月の主な話題

- 2 復興の夏 第42回菊陽町夏まつり
- 4 特集 郷土料理の知恵
- 6 始めよう 糖尿病予防
- 7 医療費免除は9月30日まで
- 8 9~10月 就業構造基本調査を行います

ぼくの誕生日 わたしの誕生日 9月

こうのとりの保育園



なかしま ともき
中島 知毅さん
(光1町内)
平成23年9月17日生まれ

ひらがなを読んだり、書いたりするのが上手になり、自分の名前もしっかり書くことができます。



たにい ゆうな
谷井 優奈さん
(新成)
平成23年9月10日生まれ

跳び箱で5段が跳べるようになり、逆上がりは連続で15回も回ることができるスポーツ万能の女の子です。

人のうごき
平成29年7月末現在
()内は前月比

人口	41,051 (-5)
男	20,079 (+4)
女	20,972 (-9)
世帯数	16,661 (+4)

●出生/ 39 ●死亡/ 18
●転入/169 ●転出/195