

市報

とあ

特集

曾於高校がスゴイ

11
vol.149

曾於高校がスゴイ…P4～

目 次

図書館だより……………	15
第 11 回全国和牛能力共進会 ……	16
まちの話題……………	20
教育委員会から……………	22
健康について……………	24
子育てについて……………	26
補助金・年金 etc. ……	28
生活について……………	30
情報掲示板……………	32
曾於文藝……………	35
今月のプレゼント……………	37
戸籍の窓……………	38
くらしの情報……………	39



今月の表紙

曾於市の秋のスポットといえば『悠久の森』。平成 14 年に全国遊歩道百選の森に認定され、今年も 11 月 26 日には悠久の森ウォーキング大会が開催されます。自然の恵みを五感で感じることができる場所です。ぜひ足を運んでみてください。

お詫びと訂正

10月号 33 ページの「平成 28 年度決算（一般会計の歳出状況円グラフ）」に誤りがありましたので、お詫びして訂正いたします。
 (誤) 積立金 2,059,371 円 (正) 積立金 2,059,371 千円

たか森カフェよりお届け!

曾於市の旬を食べる。

第 7 食目 鶏肉と秋の根菜で デリ風おかず

材料 (1 人分)

- さつまいも (小) …… 1 本(150g)
- かぼちゃ …… 1/8 個 (150g)
- 人参 …… 1/2 本
- ごぼう …… 1 本
- れんこん …… 1/2 本 (100g)
- 鶏肉 …… 200g
- ★醤油・砂糖 …… 各大さじ 4
- ★酒 …… 大さじ 1
- ごま (仕上げ用) …… たっぷり
- 片栗粉 …… 適量

つくり方

- ① さつまいもは皮つきで 0.5 ～ 1cm 幅に切り (大きい場合、半月切り)、水にさらす。かぼちゃと人参は皮をむき 0.5 ～ 1cm 幅に切る。
- ② ごぼうは 8mm 幅の斜め切り、水にさらす。
- ③ れんこんは 1cm 幅に切る (大きい場合、半月切り)。
- ④ 鶏もも肉を一口大に切る。
- ⑤ 全ての材料に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
- ⑥ フライパンに★を入れ一煮立ちさせ、⑤をタレに絡ませる。仕上げのゴマをふる。



たか森カフェでは学校農園で採れた新鮮野菜を使った月替わりの「生パスタ」はもちもちの食感でオススメです。また、「たか森野菜ランチ」も大人気!! ランチ以外にもデザートメニューも充実しています。詳しくはホームページをご覧ください。なお、ご予約のお客様が優先となります。

たか森カフェ ※11月3日・4日はお休みです。
 毎週金・土曜日 11 時～ 16 時営業
 財部町北俣 5410-1 ☎ 0986-28-6120