

「表現」をたのしむ……P4～

目 次

まちのわだい……………	12
図書館だより……………	15
今月のカレンダー……………	16
写真で伝える催し。……………	18
年金・税金 etc.……………	20
民生委員児童委員	
主任児童委員の紹介……………	22
情報掲示板……………	24
市民の広場・今月のプレゼント ……	29
戸籍の窓……………	30
くらしの情報……………	31



今月の表紙

1月13日、財部城山総合運動公園で第15回曾於市健康づくり駅伝大会が開催されました。遠くは喜入町からの参加もあり市内外から19チームが参加。沿道からは懸命に^{たすき}襷を繋ぐ選手たちへ声援が送られていました。

たか森
カフェより
お届け!!

曾於市の 旬を食べる。

第33食目 大根餃子 ～餃子の皮を大根に代えて糖質オフ～

材料 (24個分)	キャベツ……………	4枚
大根…………… 太め8センチ	ショウガ・ニンニク…	1片
鶏ひき肉…………… 180g	★鶏ガラスープの素…	大さじ1
たまご…………… 1個	★ゴマ油……………	大さじ1/2
ニラ…………… 1/2束	片栗粉……………	適量

つくり方

- ① 大根は皮をむいて2mmの厚さに輪切りし、24枚つくったら塩(分量外)をふってしばらく置き、しんなりさせる。
- ② ニラ、キャベツは粗みじん切りにして塩(分量外)をふり、しんなりしたら水気を搾る。ショウガ、ニンニクは、みじん切りにする。
- ③ ボウルにたまごと鶏ひき肉を入れ②と★を入れてこねる。
- ④ ①をペーパータオルでよく拭き、片面に茶こしで片栗粉を薄くふる。その面に③をのせて半分に折りたたんでいく。
- ⑤ フライパンにサラダ油を熱したら並べ入れ、焼き色がついたら裏返す。ふたをして弱火にし、さらに4分ほど蒸し焼きにしたら完成。



学校農園で育てた新鮮な野菜を使ったランチメニューや、各種ケーキ、オーガニックコーヒーも大好評! ジビエメニュー(カツレツ)も新登場です。緑に囲まれた学校カフェでゆっくり過ごしませんか?
詳しくはホームページをご覧ください。