



カメラトピックス

camera topics

市政の動きを写真で紹介

5月21日(日)



渋谷の街で声を合わせてヨイヤサー

今年で20回目の開催となった渋谷・鹿児島おはら祭。本市出身者などを含む約2500人が渋谷区道玄坂・文化村通りを練り踊りました。

5月30日(火)



鹿児島におじゃったもんせ!

福岡ソフトバンクホークス「鹿児島デー」で森市長が始球式を務めたほか、かごしま茶を配布するなど、本市の魅力を発信しました。

6月2日(金)



新設「女性活躍アドバイザー」

県内外の企業で役員を務める玉川恵さんに委嘱。鹿児島の女性のさらなる活躍のため、本市施策への助言や意識啓発などを行います。

6月4日(日)



松本市・鹿児島市 文化・観光交流都市デー

本市との文化・観光交流協定を締結している松本市のJリーグ松本山雅FCの試合会場で、本市の観光や特産物のPRを行いました。

6月9日(金)



魚霊祭でマダイの稚魚を放流

食生活に欠かせない魚介類に感謝し、供養する魚霊祭が魚類市場で行われ、市場関係者が今後の市場の発展と安全を祈願しました。

6月12日(月)



災害時の福祉用具などの供給に関する協力協定

福祉避難所などで必要となる介護・衛生用品などの物資を迅速に供給してもらえるよう日本福祉用具供給協会と協定を締結しました。



食材のうま味と甘酢で暑い夏でも食欲増進

ヘチマと魚の甘酢炒め

■材料(4人分)

白身魚	300g	油	大さじ3
片栗粉	大さじ5	砂糖	大さじ5
揚げ油	適量	酢	大さじ3
ヘチマ	500g	薄口しょうゆ	大さじ2
干しシイタケ	4枚	酒	小さじ1
タケノコ(水煮)	100g	鶏がらスープの素	小さじ1/2
タマネギ	200g	片栗粉	小さじ1
ニンジン	50g	水	大さじ1
ピーマン	30g		

みんなで学ぶ
鹿児島の食

食育レシピ

～地産地消編～

【保健政策課 ☎803-6861 FAX 803-7026】

■作り方

- ① 干しシイタケは水でもどしておく
- ② すべての材料を一口大に切り、ニンジンは下ゆでする
- ③ 白身魚は片栗粉をまぶし、揚げ油でからっと揚げる
- ④ フライパンに油を熱し、シイタケ、タケノコ、タマネギ、ヘチマを炒める。タマネギ、ヘチマが透き通ってきたらニンジン、ピーマンを加えて炒め合わせる
- ⑤ ④に③とAを加え、ひと煮立ちしたらBの水溶き片栗粉でとろみをつける
(1人分の栄養成分：エネルギー365kcal、食塩相当量1.6g)

ヘチマを選ぶポイント

皮がきれいな緑色をしているものを選びましょう

ひとくち
メモ

ヘチマ 鹿児島の伝統野菜の一つ

- 旬…6月～8月 ●主な産地…喜入地域
- 保存方法…新聞紙で包み、ポリ袋に入れて冷蔵すれば1週間ほど日持ちしますが、できるだけ早めに使い切りましょう

かねよ みそしょうゆ

創業明治45年 鹿児島の地で、
親子3世代にわたって受け継がれた味かねよしょうゆ
母ちゃんかねよみそ
生やまぶき

総販売元(有)カネヨ販売
醸造元(資)横山味噌醤油醸造店
TEL 099-268-0153
www.kaneyo-soy.com

夏休み お味噌作り講習会 @ マルヤガーデンズ 広告

こねて、こねて、まぜて、たいて!自分で作る手作り味噌
麦麴の混ぜ方や大豆のすり潰し方、仕込みや保管方法など、
味噌作りのポイントを学びながら楽しく作ります。
夏休みの課題にもどうぞ。お友達と一緒に参加ください!

開催期日/2017年7月28日(金)・8月7日(日)
時間/①10:30～②13:30～(各回約1時間)
開催場所/マルヤガーデンズ地下1F キッチンスタジオ
募集人数/中学生以下のお子様 各20名
※先着順となります。
参加費/1,200円
持ってくるもの/エプロン、三角巾、おてふき、筆記用具、容器
(容器は、こちらでもご用意できます。※費用別途)
応募方法/下記へお電話にてお申込みください。

作ったお味噌
(1kgの麦味噌)は、
お持ち帰り
頂けます。



●お問い合わせ・お申込みは

TEL.099-268-0151

(平日午前9時～午後5時まで)カネヨ販売 イベント受け付け係まで

※参加者が4組未満の場合は休講となります。