



カメラトピックス

camera topics

市政の動きを写真で紹介

3月15日(木)



鹿児島市・学生連携まちづくりシンポジウム

本市と連携協定を締結している市内の大学の学生が、若者の地元定着やまちの活性化などについて意見交換しました。

3月20日(火)



かごりに「明治維新150年号」が仲間入り

株式会社フタバから、深いグリーン的車体で、西郷隆盛らのイラストが前かごに描かれた9台のかごりんが寄贈されました。

3月23日(金)



桜島港新フェリーターミナルが完成

桜島の玄関口、桜島港フェリーターミナルを半世紀ぶりに整備。地元住民らが完成を祝いました。

3月27日(火)



千原せいじさんが新就職者を激励!

新就職者激励大会に吉本興業所属のタレント、千原せいじさんが講師として登場。海外での体験をもとに新就職者約200人を激励しました。

4月6日(金)～8日(日)



薩摩維新ふるさと博&桜灯りフェスタ開催

幕末・維新期の薩摩の雰囲気を感じながら、幻想的な灯りと音楽のコラボレーションを多くの観客が楽しみました。

4月15日(日)



関西で本市の特産品や観光をPR

京セラドーム大阪で開催された関西かごしまファンデーで、森市長や薩摩観光維新隊が、本市の多彩な魅力をPRしました。



豚肉で旬の野菜をたっぷり巻いて

野菜ロールカツ

■材料(4人分)

豚ももスライス	8枚	小麦粉	適量
塩・コショウ	少々	溶き卵	適量
大根(スティック状)	8本	パン粉	適量
ニンジン(スティック状)	8本	揚げ油	適量
インゲン	8本	〈付け合わせ〉	
オクラ	8本	ミニトマト	
		カイワレ大根	

みんなで学ぶ 鹿児島県の食 食育レシピ

～地産地消編～

【保健政策課 ☎803-6861 FAX 803-7026】

■作り方

- 大根・ニンジン・インゲンを一緒にゆでておく
- オクラは軽く塩をふって、手で転がして産毛を取り、さっとゆでておく
- 豚ももスライスに塩・コショウをふり、①②を彩りよく巻く
- ③に薄く小麦粉をつけ、溶き卵にくぐらせパン粉をつけて、油でキツネ色になるまで揚げる
- 食べやすい大きさに切り分け、付け合わせと一緒に盛り付ける
(1人分の栄養成分：エネルギー245kcal、食塩相当量0.5g)

ポイント

端の部分も肉できれいに包み込む



ひとくちメモ

全国的にも有名な畜産県、鹿児島

豚肉など肉類には、野菜だけでは不足しがちなたんぱく質や脂質など、大切な栄養素が多く含まれています

●保存方法…使用分ずつラップでしっかり包み、密閉容器やフリーザーバッグに入れ、冷蔵か冷凍保存する



ご自身・お子様の歯並びでお悩みの方へ 広告
【主催】一般社団法人 日本歯科医療情報センター九州 / 協力：医療法人 翔優会

子どもと大人の矯正セミナー

参加無料

5/5 祝 マルヤガーデンズ 4F スマイルズサロン 鹿児島市呉服町 6-5 時間 10:30/14:00/16:00

5/12 土 イオンタウン始良 2F タウンホール 始良市西餅田 264-1 時間 10:30/15:00

5/13 日 ドルフィンポート 1F ドルフィンホールB 鹿児島市本港新町 5-4 時間 10:00/13:00/15:00

●各回内容は同じです(約1時間)
●終了後、個別相談も可能です

予約 0120-137-118
9:00-18:00 土日祝も受付
歯科矯正セミナー 検索

気になる歯科矯正。いつから始めたらいいの? 期間はどのくらい? 費用は? それらを診断することができる、歯並びシミュレーションソフト「ベッ歯-君」に関しても詳しくご紹介します。

からだと心に優しい がん陽子線治療 参加者無料

先進医療セミナー

無料個別相談も受け付けております。

《セミナー内容》 ●がん治療について ●陽子線治療の特長 ●手続き方法・治療費用について 等

JA鹿児島みらい坂之上支店 2Fホール (旧JAグリーン鹿児島) 鹿児島市中山町1246-1 5月12日 土 10:00～	谷山北公民館 2F 中会議室1 鹿児島市吉野町3074 5月20日 日 10:00～	吉野公民館 2F 大会議室 鹿児島市吉野町3074 5月20日 日 14:00～	紫原 鹿児島信用金庫研修センター 4F 会議室 鹿児島市紫原4丁目11-1 5月26日 土 10:00～
---	--	--	--

ミニセミナー 開催中 各回14:00より開催
●5月2日 水 ●5月23日 水
●5月9日 水 ●5月30日 水
●5月16日 水
個別相談承ります

その他、ご要望に応じて、随時ミニセミナーを行います。まずはフリーダイヤルまでお問合せ下さい。

主催 一般社団法人メディポリス医学研究所 相談窓口 0120-804-881
●HP / www.medipolis.org