

広報クイズ

「広報クイズ」は、紙面で取り上げた内容から出題しています。正解者の中から抽選で、プレゼントをお贈りします。

Q 8月11日頃にオープンする豊田図書館を改修し新たにオープンする複合施設の名称はひと・ほんの庭 ○○？

- ① にかっと
- ② にこっと
- ③ ひよこっと

今月のプレゼント

図書カード1,000円分 …10名様

【応募方法】 8月17日(金)までに、はがき(当日消印有効)、FAX、電子申請のいずれかで、クイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、広報いわたへのご意見を記入し、広報広聴・シティプロモーション課(〒438-8650 国府台3-1 FAX32-3946)へ。電子申請はホームページまたは下記二次元バーコードから応募してください。



▲電子申請

5月号広報クイズの結果

答えは「①150年」でした。

(応募総数128通)

当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

編集後記

ひと・ほんの庭 にこっとがいにオープンします。これから外のエリアに新しい仲間も加わる予定ということで、子育て世代はもちろん、さまざまな人たちが親しめ～る施設になっています。皆さん、ぜひご来場ください◎

過去のレシピはホームページで紹介しています。



▲市HP



時短レシピ! 簡単お手軽夏レシピ

ピリっとさわやか♪ピリ辛きゅうり



●材料 (4人分)

- | | |
|---|---------------------|
| A | キュウリ……………2本(160g) |
| | ごま油……………少量 |
| | しょうゆ……………大さじ1/2(8g) |
| | 砂糖……………小さじ2/3(2g) |
| | 酢……………小さじ1弱(4g) |
| | 塩、一味唐辛子……………少々 |

1人分当たり【エネルギー 11kcal】

たんぱく質0.6g 脂質0.2g
カルシウム11mg 鉄0.1mg 塩分0.4g

作り方

- ① キュウリは薄い輪切りにし、さっと茹でる。
 - ② ボウルでAを混ぜ合わせ、①を加えて和える。
- ※ 学校給食では野菜を加熱処理することで食中毒の予防をしています。

ひとこと

今回は…
岩田小学校



おいしく簡単に作れる「ピリ辛きゅうり」は、子どもたちから「もっと食べたい」という声の出る人気の献立です。

調理のポイントはキュウリを薄くスライスし、食べやすくすることで。キュウリは水分を多く含む野菜のため、熱を下げて体を冷ます効果があります。

夏野菜のキュウリをおいしく食べて、暑い夏も元気に過ごしましょう。

給食大好き!!
in 岩田小学校