

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 認知症の方を地域で見守る制度として配宿しているのは何シール？

- ① 安全イエロー
- ② 安心グリーン
- ③ 見守りオレンジ

今月のプレゼント

- A:図書カード1,000円分
…10名様
- B:こんちゅうクン直筆イラスト入り「オムシTシャツ」(子ども用120cm)
…3名様



【応募方法】 10月16日(火)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、希望するプレゼント名を記入し、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上記2次元バーコードから応募してください。



▲電子申請

7月号広報クイズの結果

答えは「②にこっと」でした。

(応募総数92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

初めて特集ページを担当し、認知症の取材をしました。取材で感じたこと、伝えたいことを表現する難しさを痛感しました。レイアウトや文章、写真撮影…日々精進です。これからも魅力ある紙面を目指して頑張ります。☺

過去のレシピはホームページで紹介しています。

ページ番号 1004678



外はカリッ、中はトロ〜リのスイーツを召し上がれ スイート餃子



●材料 (20個分)

- サツマイモ…………… 300g
- バター…………… 20g
- 砂糖…………… 30g
- プロセスチーズ…………… 50g
- ぎょうざの皮…………… 20枚
- サラダ油…………… 適量

1個分当たり【エネルギー 80kcal】
たんぱく質1.2g 脂質3.9g
カルシウム21.7mg 鉄0.1mg 塩分0.08g

作り方

- ① サツマイモはよく洗い、皮付きのまま適当な大きさに切る。
- ② ①を蒸し器に入れて強火で加熱し、沸騰したら柔らかくなるまで20分くらい蒸したら、皮をむいてボウルに入れ熱いうちにつぶす。
- ③ ②の中に、バターと砂糖を加えてよく混ぜたら、さいの目切りにしたプロセスチーズを加えてさらに混ぜる。
- ④ ③を20等分に分け、ぎょうざの皮で包む(ふちに水をつけてしっかり閉じる)。
- ⑤ サラダ油を中温に熱し、④をカリッと揚げる。



ひとこと

今回は…
磐田北高生活文化部の皆さん



お手軽な秋の味覚、さつまいもを使用しました。

さつまいもは、食物繊維や加熱しても壊れにくいビタミンCが多く、体力回復に最適です。お好みでレーズンやシナモンを加えてもおいしいです。ぜひご家庭でもお試しください。