

広報クイズ

「広報クイズ」は、紙面に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 2020年春開業予定の、磐田駅と袋井駅の間に設置される新駅の名称は？

- ① 東磐田駅
- ② 御厨駅
- ③ 御飯駅

今月のプレゼント

A/図書カード1,000円分…10名様
B/しっぺい木製時計工作キット…5名様



【応募方法】4月15日(月)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右記2次元バーコードからご応募ください。



▲電子申請

1月号広報クイズの結果

答えは「②PA連携」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

完成を目前に控えた新駅を見学しました。新駅付近へ行くと、まだ幼かった子どもとよく電車や新幹線を見に行っていたことが思い出され、目頭が熱くなり、鼻水がでてきました。今年は花粉が例年より多いようです。☹



クックパッドで
レシピ公開中



クックパッド 磐田市 検索

ひじきとしらすが骨骨タッグ

お手軽カルシウムふりかけ



材料 (4人分)

- 乾燥ひじき……………大さじ1弱(4g)
- しらす干し……………30g
- かつお節……………4g
- 白ごま……………小さじ2(6g)

- A
- 米酢……………小さじ1/2(2ml)
 - 酒……………小さじ1弱(4ml)
 - みりん……………小さじ1(4ml)
 - しょうゆ……………小さじ1/2(3ml)
 - 砂糖……………小さじ1弱(2g)
 - 水……………小さじ2(10ml)

1人分当たり【エネルギー 37kcal】

たんぱく質4.4g 脂質1.2g カルシウム58mg 鉄0.4mg 塩分0.4g

作り方

- ① 乾燥ひじきを水で戻し、熱湯でさっとゆでる。
- ② 鍋にAを入れた後、①としらす干しを入れ、中火から弱火で汁がなくなるまで煮詰める。
- ③ かつお節、白ごまを入れて火をとめる。

給食大好き!!の大藤小学校



ひとこと 今回は … 大藤小学校

ひじきは、体に良い食品と言われ、日頃不足しがちなカルシウムや食物繊維が豊富です。このふりかけはご飯にかけても、そのまま食べてもおいしくいただけます。

