

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 「きらりいわた人」で特集した竹原千花子さんは何の高校生No.1？

- ① 手芸
- ② 園芸
- ③ 大道芸

今月のプレゼント

図書カード1,000円分…10名様

【応募方法】

6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下記2次元バーコードから応募してください。



▲電子申請

3月号広報クイズの結果

答えは「①テニス部」でした。（応募総数155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

新型コロナウイルスの流行が終息したら何をしよう？旅行に、釣りに、スポーツ観戦…。いつかきっと思い切り楽しめる時が来る。そんなことを考えながら、今はじっと我慢の時。皆さん「おうち時間」をいかがお過ごしですか。㊦



クックパッドでレシピ公開中



クックパッド 磐田市 検索

魚嫌いをカレーに克服!! サバのカレー焼き



材料 (4人分)

サバ…………… 4切れ
塩…………… 少々
小麦粉…………… 大さじ1・1/3
カレー粉…………… 小さじ1/2弱
サラダ油…………… 大さじ1

1人分当たり【エネルギー 120kcal】

たんぱく質8.5g 脂質7.8g カルシウム4mg 鉄0.6mg 塩分0.2g

作り方

- ① サバは水気をとり、塩を擦り込む。
- ② 小麦粉とカレー粉を合わせてサバにまぶす。
- ③ フライパンを温めサラダ油をひき、サバの両面をこんがり焼く。

給食大好き!!磐田北保育園



ひとこと 磐田北保育園

栄養たっぷりのサバを、カレー味に仕上げた保育園の定番メニューです。カレーの味付けが魚の臭みを打ち消してくれます。ぜひお試しあれ!