

宮本家(柏田町)コロちゃん(オス9歳?)



昨年の夏、いきものねっとさんと市の譲渡会で出会いました。家に来た頃と比べるといろいろな表情を見せてくれるようになりました。ヨーイドンの掛け声で、追いかけてっこをしている時の楽しそうなコロちゃんの顔にみんなメロメロです。

掲載わん・にゃん募集中! 環境政策課までご連絡ください

ドッグラン 5月10日(日)・13日(水)・27日(水)
市民無料開放日 AM9:00~11:00

問 ツインギー・アンド・パラダイス(猪子町832-5) ☎886-6616
この事業は、ツインギー・アンド・パラダイスのご厚意により、無償で行っています。利用条件がありますのでお問い合わせください。



問 環境政策課 ☎内線1563

けがや病気で動けなくなった野生鳥獣に出会ったら、まずは県南県民センター環境・保安課(☎822・8364)へ相談し、地域の診療実施機関(動物病院)を教えてもらいましょう。茨城県は県内に19の診療実施機関を指定しています。動物種にもよりますが、県の鳥獣センターでリハビリを受けられる場合が

あります。保護、治療して元の生息域へ帰してあげるためには、見つけた方や地域住民の協力も必要です。このまちは私たち人間だけが暮らしているわけではありません。傍にずっと前から住んでいる生きものたちの事を思いやりながら生活することは、人の心や環境にも優しくとても大切な事ではないでしょうか。



毎月19日は食育の日 楽しくおいしい食生活をめざしましょう。

しあわせをよぶ

レシピ

問 健康づくり推進課(市保健センター内) ☎内線1744



重ねて煮るだけ!!

新玉&豚肉タワー

1人1個分の玉ねぎと豚肉をタワーのように重ねます。見た目はとってもダイナミックですが、作り方は意外にカンタンです。



1人分275kcal

【作り方】

- ①新玉ねぎは、7mm厚さの輪切りにする。豚肉は4~5cm長さに切り、片栗粉をまぶす。
- ②新玉ねぎと豚肉を交互に重ねて、はずれないように上から楊枝をさす。
- ③鍋に②、酒、だし汁を入れ中火にかける。煮立ったら、蓋をして弱火で20分ほど蒸し煮にする。
- ④しょうゆを加えひと煮立ちさせ、2~3cmの長さに切った三つ葉を加えさっと煮たら出来上がり。
- ⑤楊枝をはずして器に彩りよく盛りつける。

【材 料】(4人分)

新玉ねぎ… 4個(800g)
豚肉薄切り… 300g
片栗粉… 適量
酒… 大さじ4

だし汁… 200ml
三つ葉… 80g
しょうゆ… 大さじ1と1/3

一口メモ

豚肉とだしの旨みをたっぷり吸い込んだ玉ねぎは、ふんわりとやわらかでとろける味わいです。玉ねぎは加熱するとさらに甘味が増します。この季節ならではの新玉ねぎの甘さとおいしさを十分に味わってください。

❀ このレシピは「食と健康の応援団」ヘルスマイト(食生活改善推進員)が作成しました。