



やいた☆クッキング GOOD

～きゅうりの四川風炒め～



レシピ提供元：矢板市生活研究グループ協議会

材料（4人分）

きゅうり	5本	みそ	20g
豚ひき肉	300g	酒	大さじ2
ねぎ	50g	砂糖	大さじ2
にんにく	2かけ	しょうゆ	小さじ2
しょうが	10g	顆粒鶏がらスープの素	少々
豆板醤	小さじ1.5	水	50cc
		C 片栗粉、水	大さじ2

作り方

- ①きゅうりは1本を縦に4等分に切り、種をそぎ取って長さを5等分に切る。
- ②熱湯で1分間ゆでて、ザルに上げる。
- ③フライパンにサラダ油大さじ2を入れ、中火でAを炒め、香りが出たら豚ひき肉を入れ、ポロポロになったところできゅうりを加えて炒める。
- ④Bを入れて煮る。味がなじんだら、混ぜ合わせたCを入れ、とろみがついたらできあがり。

《編集後記》 いいあんばいだわ～

広報の取材を通して、多くの方たちと出会う機会が増えました。みなさんがそれぞれに矢板を盛り上げたいという想いを持って、活動されています。その方たちの想いを伝える、そして繋ぐことが広報に与えられた役割のひとつかなと感じているところです。(奏)

今年の夏は猛暑になるらしいですね。夏には冬が恋しくなり、逆に冬には夏が恋しくなりますよね…(笑)これから迎えるイベント盛りだくさんの7～8月を乗り切るためにも、夏野菜をたくさん食べて、夏バテしないように気を付けたいと思います。(凜)

「ゆるキャラグランプリ2016」の投票が今月22日から始まります。矢板市の「ともなりくん」もエントリーしました。昨年度を上回る順位を目指したいと思いますので、皆さんも、携帯やパソコンから一日一票の投票をよろしくお願いいたします。(元3の2)

暑い夏がやってきます。出来るだけ外出を避け、エアコンに頼る日々になりがちですが、今年は球場へ行き熱い戦いを見てみたいです。甲子園を目指し、一生懸命戦う高校球児の姿はやっぱりカッコイイ！夏の暑さを忘れて応援に熱中します。(中年野球)

募集 やいた応援かわら版 ～市民記者・取材同行者・情報提供者になりませんか？～

「やいた応援かわら版」とは、「矢板の隠れたよさを紹介～先にあるのは明るい未来～」をコンセプトにした市民記者による広報紙です。コツコツ頑張っていたり、何かに挑戦している個人・団体・会社や、矢板の隠れた名所などを隔月発行で紹介していきます。

現在記者6人で、8月1日の創刊号発行に向け、活動中です。興味のある方は、ぜひ一度、編集会議に遊びに来てみませんか？見学大歓迎です。また、皆さんの身近な話題もお寄せください。



(編集会議イメージ)

対象／

- ・市民記者
…毎週水曜日18：00～の編集会議に毎月4分の3以上出席でき、「やいた応援かわら版」の作成全般に関われる方

※上記会議への出席はできない方でも

- ・人の話を聴くのが好きで、取材に同行してみたい方
 - ・情報や写真を提供してくれる方
- など、「やいた応援かわら版」に興味をお持ちの方は、ぜひご連絡ください。

そのほか／

- ・ボランティアでの参加となります。
- ・編集会議の日時が変更になることがありますので、見学にいらっしゃる際は、事前にご連絡ください。

問い合わせ／

やいた応援かわら版事務局（市秘書広報課）

☎（43）3764 FAX（43）2292

✉ yaita@city.yaita.tochigi.jp