

矢板市食生活改善推進協議会 監修

矢板御飯
ヤイタゴハン

「夏野菜と豚肉の餃子ミルフィーユ」

●材料（2人分）

【餃子】

・ズッキーニ …… 1本（150g）

・餃子の皮 …… 20枚

・しゃぶしゃぶ用豚肉 …… 150g

・塩コショウ …… 少々

・酒 …… 大さじ2

【トマトだれ】

A・トマト …… 1/2個（100g）

・ポン酢しょうゆ …… 大さじ3

・ごま油 …… 大さじ1/2

【トッピング】

・バジル …… 適宜

●作り方

①ズッキーニは7mmの厚さに切り、トマトは1cmの角切りにする。

②豚肉は一口大に切り、塩・コショウをする。

③耐熱皿に、半分に折った餃子の皮・ズッキーニ・豚肉を順番にずらして並べる。

④酒を振りかけラップをし、肉に十分火が通るまで600Wレンジで7分加熱する。

⑤Aを混ぜ合わせ、④にかける。



Memo

夏の暑い時期でも、コンロの火を使わずに調理ができます。豚肉や夏野菜の栄養は夏バテ対策にピッタリですよ。



和氣 由里子さん

矢板ふるさと支援センター TAKIBI からのお知らせ

浴衣の寄付のご協力ありがとうございました

2カ月で60着以上の浴衣の寄付が集まりました。浴衣は8月11日開催の「やいたふるさとまつり2025」で「レンタル浴衣」として利用します。レンタル浴衣ブースでは、先着40人限定でレンタル・着付け・ヘアメイクを行います。事前予約制ですでお早めにお申し込みください。

問い合わせ／矢板ふるさと支援センター TAKIBI
☎（47）7017



詳しくはこちら



KUMON

公文式 長峰教室

★夏の無料体験学習受付中

『自分でできた!』を積み重ね、学習が好きになる!

くもんのエピソードが漫画になりました♪

図書館へGO!

開館時間／9：00～18：00

休館日／8月4・12・18・19・25日
9月1・8・16・22・29日

問い合わせ／図書館 ☎（43）5661

図書館 HP

●リサイクル市

図書館で除籍した資料や図書館に寄せられた本などを、無償でお譲りします。

日時／8月16日（土）9：00～ ＊なくなり次第終了

場所／図書館入口

そのほか／今回は雑誌の提供はありません。

●ミニ調べる学習教室作品展示

好きなこと・気になることを深く学び、絵や図などを使ってまとめる「ミニ調べる学習教室」。ふせんや折り紙を使うなど個性や工夫が詰まった参加者の力作を展示します。

日時／8月17日（日）～9月15日（祝・月）

【昨年の作品】



●夏休み特別展示「戦後80年 平和を考える」

戦争が終結して80年という大きな節目を迎えようとしています。実際に戦争を体験された方の声を聞くことは減ってしまいましたが、本は戦争の過酷さ、平和の尊さを語りかけてくれるのではないのでしょうか。今回は戦争の物語や平和について考える本、当時の世情がわかる実物資料（複製）を展示します。

日時／8月30日（土）まで



図書館俳句ポスト 今月の季語
「花火」（はなび）



図書館 Instagram

YAITA CITY LIBRARY

yaita_city_library

矢板市電子図書館
Yaita Digital Library

電子図書館使い方講座

タブレットを使用して、電子図書館の書籍・雑誌を読む体験ができます。

日時／8月16日（土）・17日（日）
13：00～15：00

場所／絵本のおへや

電子雑誌読み放題サービス

電子図書館では、100以上の掲載タイトルが閲覧できる電子雑誌読み放題サービスを提供しています。＊最新号の閲覧は館内のみ

掲載タイトル（抜粋）／「LDK the Beauty」「GISELe」「OCEANS」「天然生活」「Disney FAN」「driver」「GoodsPress」ほか多数

40th ANNIVERSARY

夏の入会キャンペーン

無料体験イベント!!

入会特典
入会金100%OFF 指定用品70%OFF
※指定用品を70%OFFで購入可能です。
（バリエーションはタイツとシューズのみ70%OFFとなります。）

パシフィック公式LINE登録で
お菓子つかみ取りクーポンを発行

パシフィックスポーツプラザ
さくら店 Plaza sakura
〒329-1312
栃木県さくら市櫻野1633-2
TEL.028-682-0577

日曜日体験枠
残りわずか! 8月31日(水)まで