

暑中見舞はがき「かもめ〜る」を 寄贈していただきました

このたび、近畿地方郵便局長協会さんと日野ライオンズクラブ（住井泰之会長）さんから、「はがき」で自分の思いを伝えることで、文章で伝える力やコミュニケーション能力をはぐくんでほしいと、町内の小学校へ暑中見舞はがき「かもめ〜る」を寄贈していただきました。

寄贈していただいた「かもめ〜る」は、一人暮らしのお年寄りに「はがき」を送る取り組みや、普段会えない家族（おじいちゃん、おばあちゃんなど）に「はがき」を送る取り組みなど、各小学校で活用されます。



▲藤川西桜谷郵便局長と奥村教育長



▲日野ライオンズクラブから奥村教育長へ贈呈されました

「NPO法人ひびきあい日野」さんが 組み立て型のプールを寄贈されました



▲中高生ボランティアと一緒にプール遊びを楽しむ子どもたち

このたび、社会福祉協議会にNPO法人ひびきあい日野（福本修一理事長）さんが、ひびきあい日野チャリティーゴルフ大会のチャリティー募金から社会福祉に役立ててほしいと組み立て型のプールを寄贈されました。

寄贈された組み立て型のプールは、日野町障がい児地域活動支援事業として実施している放課後クラブ「ともだち」のサマースクールで利用されています。

ヘルシークッキング

新玉ねぎの肉詰め焼き ユズコショウ風味



材料(4人分)

玉ねぎ（新玉ねぎ）4個、合いびき肉150g、グリーンアスパラガス4本、ピザ用チーズ80g、(A)【卵1/2個、ユズコショウ小さじ1/4、しょうゆ小さじ1/2】、煮汁（だし汁3カップ、薄口しょうゆ小さじ2、みりん大さじ1と1/2）、小麦粉・サラダ油・ユズコショウ各適量

作り方

- ① 玉ねぎは皮をむいて中心の部分を2/3の深さまでくり抜く。くり抜いた部分は、みじん切りにして、サラダ油で炒める。グリーンアスパラガスは、ゆでて4～5cmの長さで斜め切りにする。
- ② ポールに合いびき肉を入れてよく練り、(A)の材料と炒めた玉ねぎを加えて具を作る。玉ねぎのくりぬいた部分に小麦粉をふって、具を詰める。
- ③ 鍋に煮汁を煮立てて、②を並べ、落としぶたをして、弱火で約20分煮る。
- ④ 耐熱皿に③を煮汁ごと入れ、グリーンアスパラガスを添えて、チーズをかけ、200℃に熱したオーブンでチーズに焼き色がつくまで約10分焼く。焼きあがったものにユズコショウを添える。

★1人分 エネルギー 268kcal
たんぱく質 15.1g
脂質 13.0g
食塩相当量 1.2g

ポイント

今年も新玉ねぎがたくさん取れました。使ってみてください。玉ねぎのくり抜きが浅いと肉が詰めにくいです。色合いに、にんじんを花型で抜いて使っています。ユズコショウを使用するので、減塩しょうゆでも良いかも！



健康推進員
かのう やえの
加納 八重乃 さん
(川原)