

お菓子はやさしさを運んでくる。



エクレール お菓子放浪記

東日本大震災チャリティイベント 映画「エクレール・お菓子放浪記」を上映!

今回東日本大震災の被災地となった石巻市を舞台に完成。公開直前に震災の惨禍となり、公開も危ぶまれていた中で、各県において上映推進委員会が立ち上がり、佐賀県そして小城市も協力し、今回の上映に至りました。

今回、**県内で初めて**小城市で上映されます。皆さんの元気と支援の心を送りましょう!

日時 8月10日(水)
場所 小城市生涯学習センタードゥイング三日月 多目的ホール
時間 14時30分～、18時30分～の2回上映
 (所要時間1時間45分)
 主役の吉井一肇さん(12歳)の舞台挨拶もあります。

◆鑑賞料金(県内上映会場共通券です)

前売券/一般 1,100円、小中高生 900円
 当日券/一般 1,600円、小中高生 1,100円

【問合せ・申込み】

「エクレール・お菓子放浪記」小城市上映推進委員会
 事務局 C S O市民活動センターようこそ
 (小城公民館内)

担当 C S O活動拠点サポーター 西岡
 ☎72-3566



「あーも!ファミリー」の おすすめレシピ

親子丼 1人分→477kcal



《作り方》

- 1 玉ねぎはうす切りにし、三つ葉は洗って、4cmの長さ切る。鶏肉は薄くそぎ切りにする。
- 2 片手鍋又はフライパンにAを入れ火にかける。
- 3 沸騰したら、玉ねぎ、鶏肉を加え火を通す。
- 4 卵を割りほぐしたら、中心からまわりにかけて卵液を流し入れる。
- 5 三つ葉を入れ蓋をして、30秒程経ったら、火を消しそのまま1分待つ。
- 6 丼ぶりにご飯を盛り、5をのせる。最後にきざみのりを散らせば完成!



あーも! パパ

今回は、男の料理教室に参加してきました。

プロフィール: ご飯が大好きで力持ちのパパ。好き嫌いをしたり、食べ残したりすると「あーもねー」と言って怒ります。

材料	1人分	
■ ご飯	180g	
■ 鶏もも肉	30g	
■ 玉ねぎ	50g	
■ 卵	1個	
■ 三つ葉	2g	
■ きざみのり	適量	
A {	■ だし汁	70ml
	■ 醤油	小さじ2
	■ みりん	大さじ1/2
	■ 砂糖	小さじ1/2

ワンポイントアドバイス

卵は箸で切るように溶き、トロトロの半熟にするために弱火で火を通しましょう!

【問合せ】健康増進課 ☎73-8822