E-mail info@city.ogi.lg.jp

URL http://www.city.ogi.lg.jp

平成 23 年度文化遺産を活かした観光振興・地域活性化事業

伝統文化

小城の文化遺産で伝統文化に触れてみませんか?



時 В

1月28日(土) 10時~17時 29日(日) 10時~16時

場

小城市牛津赤れんが館、 小城市牛津会館

入場 料 無料

参加団体

華道、茶道、箏曲、舞踊





>>> 演出・演奏プログラム

	28日(土)	29日(日)	
華道	10:00~17:00	10:00~16:00	
茶道	10:00~15:00	10:00~15:00	
箏曲	11:00~12:00	12:30~14:00	
舞踊	14:00~15:00	14:30~15:30	

>>体験プログラム ※都合により変更になることもあります。

	28日(土)	29日(日)	
華道	14:00~16:00	11:00~13:00	
茶道	13:30~14:30	13:00~14:00	
箏曲	14:00~14:30	14:30~15:00	
舞踊	13:00~14:00	14:00~14:30	

【問合せ】小城市文化遺産地域活動事業実行委員会 ☎090-5089-5909 (伊東)

も!ファミリー」のおすすめ

りんごの皮を少し残し、



【問合せ】健康増進課 **☎**73 − 8822

茶碗蒸し

1人分→96kcal

- 1卵を溶き、だし汁と調味料を加え、裏ご しする。具材を入れた器に、静かに卵液 を流し入れ蓋をする。
- 2蒸気の上がった蒸し器で強火で2分、 弱火で10分蒸す。竹串をさし、透明な 液がでてきたら、蓋をとり、春菊をのせ 1~2 分蒸したら完成!

さつまいもとりんごの甘煮 1人分→77kcal

- 1鍋にさつまいも、りんご、砂糖、レモン 汁、塩の順に入れ、蓋をして弱火にか ける。
- 2じっくりと煮て、水気がなくなるくらい を目途に火をとめる。
- 3軽くひと混ぜし、器に盛ったら完成!

今回は、男の料理教室に 参加してきました。

あーも!パパ

付付(余碗蒸し)	4人分
■鶏肉・・・・・60g(酒をふって	(ンおく)
■ 干ししいたけ・4枚 (水で戻して	(ンおく)
■ かまぼこ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	4枚
■銀杏・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	4個
■春菊・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	40g
(塩ゆでし、2cmの長さに切る	5)
	1/2個
■だし汁(冷ましたもの)・・・・:	300cc
■薄□醤油・・・・・・大	さじ1
■ みりん・・・・・・・小	さじ2
■塩・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	•少々

材料(さつまいもとりんごの甘煮) 4人分

- さつまいも・160g /皮をむき、5mm
- りんご・・・・・80g (幅のいちょう切り)
- 砂糖・・・・・・大さじ1・小さじ1 ■ レモン汁 ・・・・・・・小さじ1