

日野町食生活改善推進協議会の  
会員さんオススメ料理⑥



▶エネルギー 462kcal ▶塩分 1.2g

### そば粉のクリームコロッケ

【材料】4人分

そば粉(大さじ8)、牛ひき肉(合びき肉100g)、タマネギ(100g)、生シイタケ(小6枚)、パセリのみじん切り(大さじ3)、牛乳(1カップ)、塩・コショウ(各少々)、バター(24g)、小麦粉・パン粉・溶き卵(適宜)

【作り方】

- ①タマネギ・生シイタケは、みじん切りにする。
- ②バターを溶かし、牛肉・タマネギ・生シイタケを炒める
- ③火を弱めて「そば粉」を材料にまぶすように炒める
- ④牛乳を少しずつ加えて「そば粉」をのばし、塩・コショウ各少々とパセリを加えて冷ます。
- ⑤④を8等分し、手に油を塗って小判型にして、小麦粉・溶き卵・パン粉の順に衣をつけて揚げる



美しく咲いたツツジの下で花見を楽しむ

## ピンク色の競演

ツツジまつりでにぎわう滝山公園

桜・ツツジの名所「滝山公園」で、4月17日から5月5日まで、ツツジまつりが開かれ、多くの花見客でにぎわいました。

今年も、例年より約2週間ほど早く見ごろを迎えました。期間中は、公園内のダイセンミツバツツジと遅咲きの桜「八重桜」が咲き乱れ、山全体をピンク色に染め花見客もその景色にうっとりしています。



元気に泳ぐ色とりどりのこいのぼり

## 大空を元氣よく

カワコ公園に「こいのぼり」

黒坂カワコふれあい公園では、4月29日から5月12日まで「こいのぼり」が掲げられました。同公園管理委員会が、子どもたちの健やかな成長を願い企画。各家庭から持ち寄った「こいのぼり」は、風に吹かれ元氣に大空を泳いでいました。



「ドングリみつけた」撮影 徳本真樹さん(吹田市)

## オシドリ

留鳥30羽

VOL. 75

新緑がまぶしい4月末に「マガモのヒナ9羽発見。かわいかった」という情報が届きました。どうぞ外敵に襲われないで育ちますように。ところどころ1か月、オシドリにも期待をかけて見守りが続きます。ただいま日野鳥民(留鳥)30羽。オスはまだ立派なイチョウ羽を持っています。

連絡先 オシドリグループ事務局  
森田(72 0271)



作ってみてください(音田)

編集後記 紙面一部をリニューアルしました。今後もパワーアップしていきたいと思えます。■食改さんの料理はアイディアいっぱい。そのおいしさに「そば粉」をつい買ってしまいました。皆さんもぜひ

おくやみ	「ご冥福をお祈りします」	(氏名)	(年齢)	(住所)
4月	中原 茂	61歳		下榎
	松本 福衛	60歳		秋縄
	太田 義貴	76歳		中菅
	太田 一枝	87歳		根雨
5月	松原キミヨ	90歳		野田
	松本 松次	81歳		門谷
	西村 はな	94歳		下榎
	國司田をこう	93歳		根雨

届出 4月11日～5月10日 敬称略

赤ちゃん誕生

おめでとございます

(出生児) (保護者)(性別)(住所)  
4月 中原 楓 淳・美智子 女の子 下榎

4月30日現在

## わたしの町

(前月比)

人口	4,425人(±0)
男性	2,086人(+5)
女性	2,339人(-5)
世帯	1,562戸(+6)