広報おおいそ　2012年10月号
大磯町役場発行　政策課編集　〒255-8555　神奈川県中郡大磯町東小磯183番地　☎0463-61-4100　FAX0463-61-1991　http://www.town.oiso.kanagawa.jp/

わが家のアイドル

中村　勇輝（ゆうき）くん（右）、**想太**（そうた）くん（左）
平成21年11月17日生、平成23年12月9日生
公紀さん、美和子さんの長男、次男

２歳のおにいちゃん。毎日がんばってるよ～！！

◎問い合わせ　政策課　☎内線207

大磯のたべごろレシピ Vol.31

さつまいものおやき

さつまいもは秋を代表する食材の一つで、食物繊維やビタミンＣを豊富に含んでいます。また、切り口から出る白い液は整腸作用があるヤラピンという成分で、食物繊維とともに便通をよくする効果があるといわれています。

材料（5個分）

さつまいも	正味120ｇ
バター	５ｇ
はちみつ	40ｇ
シナモン	少々
ホットケーキミックス	100ｇ
白玉粉	50ｇ
牛乳	80㎖程度
塩	ひとつまみ
黒ごま	適宜
油	少々

作り方

①さつまいもは皮をむいて輪切りにし、10分ほど水にさらす。
②耐熱皿にさつまいもと水少々を入れてラップをかけ、電子レンジでやわらかくなるまで加熱する（600W、５分程度）。
③②をフォークでつぶし、はちみつ、バター、シナモンを加えてよく混ぜる。
④ボウルに白玉粉、塩を入れ、牛乳を50㎖ほど加えてよく混ぜる。ホットケーキミックスを加え、残りの牛乳を少しずつ加えながらこねる。
⑤耳たぶ程度の固さになったらラップで包み、30分ほどねかせる。
⑥⑤の生地と③のあんをそれぞれ５等分し、あんを生地で包み、軽くつぶして平らにし、両面に黒ごまをつける。
⑦フライパンに油を熱し、⑥を入れて弱火で５分焼き、焼き色がついたら裏返し、蓋をして３分ほど焼く。

問　スポーツ健康課　☎内線319

カメラスケッチ

広報カメラマン撮影

●文豪島崎藤村を偲ぶ　藤村忌
8／22　地福寺（太田さん撮影）

●いざというときのために　総合防災訓練
8／26　国府小学校（高田さん撮影）

●みんなでオールを漕ぎましょう　いそっこ海の教室
8／12　大磯港（奥野さん撮影）

●大勢の人で賑わう夜の大磯市
8／19　大磯港県営駐車場（上田さん撮影）

●ナイスヒット!! 町民少年野球大会
8／5　大磯運動公園（西村さん撮影）

●お盆はやっぱり盆踊り
8／14　生沢地区（杉崎さん撮影）

町の人口と世帯
9月1日現在
人口 32,775（－11）男 15,966（－25）女 16,809（＋14）
世帯 12,614（＋ 2）　（　）は前月比