

わが家のアイドル



みのしま 三帆乃ちゃん(1歳)
箕島

歩くの大好きみほのちゃん！今日は長谷寺でお参りとお散歩がんばりました！！

問政策課 内線207
 koho@town.oiso.kanagawa.jp

今月の表紙

町内で家庭菜園を楽しむ方にお話を聞きました。自ら手をかけ育てることで、楽しみながらも食品ロスへの意識向上にもつながっているそうです。10月は食品ロス削減月間です。皆さんも食品ロスについて考えてみましょう。詳細は6～7ページをご覧ください。

SNSで情報発信中



LINE Instagram facebook マチイロ Lifevision

みんなでつくろう！

～大磯自慢食材vol.1～

今が旬！ 大磯マコモタケの肉巻き

「大磯マコモタケ」は、厳しい基準をクリアした食材だけが登録されるかながわブランドに登録されています。

マコモタケはイネ科の植物で膨らんだ茎を食べます。食物繊維が豊富でカリウム、ビタミンA、Cを含み抗酸化作用が期待されます。こちらのレシピは大磯マコモ研究会代表の西方安雄さんに教えていただきました。その他のレシピは、9月に実施した食育セミナーの様子と共に下記の二次元コードからご覧いただけます。



材料

マコモタケ	1本
豚バラ薄切り肉	1パック
油	適量
塩	適量

作り方

- ①マコモタケは皮をむいて、3～4cmの拍子切りにする。
- ②マコモタケ2、3本を豚バラ薄切り肉で巻く。
- ③フライパンに油を敷いて②を両面焼く。お好みで塩を振る。

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



盆踊り

(8/13 馬場公園 伊福さん撮影)



ダイヤモンド富士

(9/4 西久保展望台付近 高田さん撮影)