

わが家のアイドル



かたおか こ こ
片岡 瑚子ちゃん(1歳)

サーフィンが趣味の親に付き合わされて冬も海に連れて行かれて、風邪をひきました！
自然いっぱいこの町が大好き こちゃんです！

問政策課 ☎内線207

koho@town.oiso.kanagawa.jp

今月の表紙

昨年のWEEKLY打ち上げ花火に彩られた7月号。イベント満載の夏、ご家族で素敵な思い出を！7月は夏のイベントが盛りだくさんです。ぜひご家族皆様が様々なイベントに足を運び、この夏だけの特別な思い出を作ってください！

SNSで情報発信中



LINE



Instagram



facebook



マチイロ



Lifevision

\\ みんなでつくろう！ //

～親子で簡単クッキングレシピvol.6～

袋で簡単！フルーツかん

夏休みに親子で簡単に作れる冷たいおやつはいかがですか。

パッククッキングで作るため洗い物は最小限で済みます。

パッククッキングとは、食材を耐熱性のあるポリ袋に入れて、湯せんで加熱する調理方法です。洗い物を出さずに、簡単に作ることができます。



材 料 (使いやすい量)

使用するポリ袋は、高密度ポリエチレン製、耐熱温度130℃以上のものを使用してください。

フルーツ缶の汁と水 500ml

フルーツ缶 固形 1缶分

フルーツ缶は190gを使用

砂糖 大さじ1

粉寒天 4g

動画でも作り方を紹介しています



作り方

- ①鍋にザルや皿を入れ、湯を沸かす。
- ②すべての材料をポリ袋に入れ、よく混ぜる。
- ③ポリ袋の中の空気をしっかり抜き、上の方でしっかり結ぶ。
- ④沸騰したら中火で5分加熱する。
- ⑤バットなどに取り、粗熱を取ってから冷蔵庫で固まるまで冷やす。
- ⑥固まったゼリーを型抜きしたり、切り分けて盛り付ける。

本誌で、小学生対象の「夏休み親子クッキング教室」、園児さん対象の「幼児おやこクッキング教室」の参加者を募集しています。

～ おうちでいただきますの日 ～

毎月19日は「食育の日」

第一曜日は「ファミリーコミュニケーションの日」

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



もうすぐ巣立ち

(5/27 馬場地区 伊福さん撮影)



JR西日本T5編成の
ドクターイエロー 上り

(6/8 大磯東の池付近 高田さん撮影)