



ヘルスマイトのおしゃべりコーナー

和菓子のレシピでよく見る上新粉、白玉粉、もち粉は、どれも米の粉です。しかし、上新粉はうるち米を、白玉粉ともち粉はもち米というように原料と製法に違いがあり、それぞれ適した用途に使われます。しっかりとした歯ごたえが特徴の上新粉は、柏もちやういろなどにももちもちした中にもなめらかな食感が特徴の白玉粉は、白玉団子や大福などに使われます。また、もち粉は白玉粉と同様に使われますが、さらにきめ細かく、滑らかな仕上がりになります。

今回は、白玉粉を使って簡単にできるデザートを紹介しします。果物を加えて見た目にも鮮やかになり、冷えたサイダーを加えることでさっぱりとした食感になり、これからの暑い季節にピッタリのデザートになります。



材料(約10名分)

- 【白】
- 白玉粉..... 50g
- 牛乳..... 50ml
- 【オレンジ】
- 白玉粉..... 50g
- オレンジジュース..... 50ml
- 【緑】
- 白玉粉..... 50g
- 抹茶..... 小さじ2
- 水..... 50ml
- 果物(缶詰)お好みで..... 適量
- サイダー..... 適量

1人分の栄養価 (果物の缶詰30g含む)	エネルギー/143kcal	脂質/0.3g
	たんぱく質/1.4g	鉄/0.4mg
	カルシウム/6mg	塩分/0.0g

三色団子のフルーツポンチ

作り方

- ①果物はお好みの大きさに切って冷やしておく。缶詰の液とサイダーも冷やしておく。
- ②緑は先に抹茶と白玉粉を混ぜておく。
- ③ボールを3つ準備して、三色の団子を作る。それぞれに粉を入れ、水・牛乳・オレンジジュースをそれぞれ約10ml残して少しずつ加えながら手で混ぜていく。
- ④まとまりにくいようなら、残りの牛乳などを加えて調整し、耳たぶくらいの硬さになれば乾燥しないようにラップに包んでおく。
- ⑤できた生地をお好みの大きさに丸める。
- ⑥鍋にたっぷりの湯を沸かし③の生地をいれる。浮き上がってきたらさらに2分ゆでてからすくって水にとる。
- ⑦器に団子と果物を盛り付け、冷やしておいた缶詰の液とサイダーを1:1の割合で加える。

教育委員会だより



大豊町中学校2年生 沖縄へ修学旅行に行ってきました



4月24日～27日に、沖縄県に3泊4日で行ってきました。民泊やマリン体験など、大豊町ではできない貴重な体験をしてきました。

〔伊江島の民泊でお世話になった方々〕



民泊先では、たくさんのサンゴや貝殻を使って写真たてを作ったり、伝統衣装を着せてもらい、昔の王様気分になったり、サーターアングギーを作ったりと沖縄の文化に触れることができたようです。

伊江島には信号が4つしかなく、その内の3つしか使われていないことや、方言で「とてもおいしい=イエッペマーサン」「いただきます=クワッチィサピラ」「ごちそうさま=クワッチィサビタン」など、言葉が全然違うことが印象に残ったようです。



おおとよ小学校6年生は、5月16日から2泊3日で兵庫・大阪・奈良方面へ向かい、無事帰ってきました。

平成30年度 大豊町役場集落担当者名簿

集落名	集落担当者	集落名	集落担当者	集落名	集落担当者	集落名	集落担当者	集落名	集落担当者
杉	宮岡秀学	仁尾ヶ内	横山美鈴	黒石	西内 望	東土居	藤原裕太	立野	都築優二
	杉本智昭	川口	猪野可奈		小笠原万記	八川	田岡隼一	西川	坂本 諭
小川	宮岡佐知子	一の瀬	井上真侑	東庵谷	若林 甫	永淵	北村邦彦	粟生	三谷桃加
	久保竜太	谷	坂本百花	西庵谷	関口穂積	柳野	山崎 明		三谷由香
津家	宮内宏卓		田中知紗	船戸	兵頭翔太	大砂子	下村高史	野々屋	平石 稔
	鎌倉 仁	敷岩	秋山英太郎	大田口	平石このか	大久保	都築朋枝	土居	平石 稔
上村沙紀	小森 紳		石堂	茂松静子	筏木	岡崎智樹	久生野	笹岡建作	
日浦	松岡利安	穴内1-1	松岡順子	西梶ヶ内	吉田雄造	西峰三谷	下村 澄	大畑井	小松久美
	石川裕之		山崎由利子	奥大田	鎌倉真紀	岩原	下村賢彦	沖	小松隆章
大王上	原 精一	穴内1-2	秋山武永	西寺内	小笠原春美	三谷 栞	安岡 佑		
大王下	美濃明男	穴内二区	松岡浩司	東寺内	松浦美恵	大平	都築 清	蔭	笹岡幸子
葛原	久保竜太		中西広香	西土居	川村文男	大滝	三谷裕一	柚木	高樽かよ
	宮内宏卓	穴内三区	川村佐恵	佐賀山	山本 奏	落合	今井達也	戸手野	永吉是幸
川口南	澤 一樹	磯谷	松岡浩司	安野々	三谷将也	川井	川崎 誠	本村	前田典彦
	松高大樹		中西広香	東梶ヶ内	浦川尚樹	高原	坂本 諭	峰	小笠原佳世
檜生	杉本晃代	尾生	長谷川静香	西久保	西村佳子	中内	坂本 諭	馬瀬	岡崎美佐
立川三谷	前田恵美	和田	笹岡由希	川戸	森本啓介	三津子野	森 一芳	久寿軒	大石雅夫
立川中央	河野智子	目付	小笠原梨方	連火	上村和恵	怒田	小松 倫	北川二区	奈良崎亜里
刈屋	高橋公仁	上東	中澤 亘	下桃原	上村絵利加	南大王	三谷耕一	北川一区	大石雅夫
中和	永野尊教	中屋	都築広行	上桃原	森本千織	八畝	信高 愛	枯谷	村岡 節

地域と職員がより一層密に連携できるように「職員の集落担当制」を行っています。何かございましたら、お気軽にご自分の集落の担当職員にお声がけください。

交通安全ニュース

梅雨の季節の事故防止

雨の季節になりました。雨天時の車の運転には晴天時よりもより注意が必要になります。



事故防止のポイント

○速度オーバーはスリップのもと!

安全速度で運転し、車間距離も広めにとる

○霧や湿気などで見えにくくなる!

エアコンなどを上手に利用し、視界をクリアにする

○積極的にライト点灯!

積極的にライトを点灯し、目立つことで周囲への配慮も忘れずに

高知東警察署本山警察庁舎/高齢者交通安全アドバイザー 上池
☎0887-76-0110

ー最近の運転、大丈夫ですか?ー

年齢を重ねると、身体機能の低下により車の運転もおっくうになったり、疲れを感じやすくなったりもします。しかし、単純に横着な運転になってしまっているだけなら、気がついた今からでも初心に戻り緊張感を持った運転をするようにお願いします。

横着な運転が、周りに危機感を感じさせているとしたら・・・「もしも」を考えた運転を心がけましょう。



「交通安全寸劇実施」
4/15(日)「豊永地区敬老会と花見の宴」会場において、地区住民の方々のご協力のもと寸劇を実施し、交通事故防止を呼びかけました。



ご協力ありがとうございました